Ф. І. МАМЧУР, Я. Д. ГЛАДУН

ЛІКАРСЬКІ РОСЛИНИ НА ПРИСАДИБНІЙ ДІЛЯНЦІ

Друге видання

КИЇВ „УРОЖАЙ“ 1989

42.143
М22

У книзі описано лікарські рослини, які можна вирощувати на присадибних ділянках, городах і в садах, розповідається про цілющі властивості цих рослин, дано рекомендації щодо їх вирощування, техніки збирання, сушіння та зберігання.

Розрахована на широке коло читачів.

Рецензенти — кандидат біологічних наук *В. Д. Осетров*, головний інспектор Держкомітету Української РСР по охороні природи *А. О. Прокопенко* та завідуючий Центральною аптекою IV Головного управління *М. П. Кощак*

В книге описываются лекарственные растения, которые можно выращивать на приусадебных участках, огородах и в садах, рассказывается о целебных свойствах этих растений, даются рекомендации по их выращиванию, технике сбора, сушке и хранению.

Рассчитана на широкий круг читателей.

Мамчур Ф. І., Гладун Я. Д.

М22 Лікарські рослини на присадибній ділянці.— 2-е вид.— К.: Урожай, 1989.— 136 с.: іл.

ISBN 5-337-00361-5

У книзі описано лікарські рослини, які можна вирощувати на присадибних ділянках, городах і в садах, розповідається про цілющі властивості цих рослин, дано рекомендації щодо їх вирощування, техніки збирання, сушіння та зберігання.

Розрахована на широке коло читачів.

М $\frac{3704030200-040}{М204(04)-89}$ 182.89. ББК 42.143

ISBN 5-337-00361-5

© Видавництво «Урожай», 1985

Вступ

Лікарські рослини — одне з основних джерел одержання лікувальних і профілактичних засобів сучасної медицини. Зокрема, при лікуванні захворювань серцево-судинної системи, печінки, шлунково-кишкового тракту і системи кровообігу вони займають домінуючу позицію.

Початок застосування лікарських рослин на Русі сягав сивої давнини. Одухотворяючи багато явищ природи, тварин і рослини, стародавня людина вірила, що її можуть вилікувати молитви та жертвоприношення. Поряд з цим вона вживала деякі трави, властивості яких були добре відомі віщунам і волхвам. Про роль останніх як народних лікарів свідчать літописи, в яких волхви згадуються як «зелейники» (наприклад, у «Синодальному списку» Володимира Святославовича). Звичними ліками в ті часи були полин, кропива, хрін, яловець, подорожник, береза, чемериця, м'ята та ін.

З введенням християнства на Русі основними поширювачами медичних знань стали монахи. Вони спочатку вели заготівлю лікарських трав, а згодом почали вирощувати їх на монастирських городах.

Про цілющі властивості рослини згадується в одній з перших пам'яток давньоруської писемності — «Ізборнику» Святослава. Перу онуки Володимира Мономаха Євпраксії, яка збирала різні трави і коріння, вивчала їхні властивості, приписують трактат «Алимма» («Мазі»).

Видатні вчені — Г. Котормак з Дрогобича (що на Прикарпатті) та Г. Скорина з м. Полоцька — у своїй практиці також використовували лікарські трави. Про них згадується в багатьох рукописних і друкованих виданнях, зокрема в лікарському пораднику, випущеному в Кракові у 1534 р.

У Стародавній Русі і пізніше в Росії лікування травами було досить поширене. Населення використовувало як місцеві дикорослі рослини, так і ті, що завозились з інших країн.

Велику роль у скороченні імпорту лікарських рослин відіграли городи, засновані у 1714 р. в Санкт-Петербурзі і в 1730 р. при першій постійній аптеці в Лубнах. Починаючи

з середини XVIII ст. Україна стає одним з основних районів культивування лікарських рослин.

У кінці XVIII — на початку XIX ст. зріс інтерес до вітчизняних лікарських рослин. Н. М. Амбодик-Максимович опублікував свою багатотомну працю «Врачебное веществославие», в якій описано і замальовано в кольорі багато лікарських рослин. Збільшилися й заготівлі дикорослої сировини.

Однак економічна відсталість Росії призвела до однобічного розвитку промислу лікарських рослин. У зв'язку з відсутністю власної переробної промисловості країна змушена була виконувати роль постачальника дешевої, в основному дикорослої сировини економічно розвинутим державам, тимчасом як культура багатьох рослин могла бути успішно освоєна (наприклад, наперстянки, шалфею, валеріани).

Перша світова війна показала повну неспроможність експорту-імпорту медикаментів і лікарської сировини, що склалися в Росії. До того ж потреби в медикаментах у зв'язку з воєнними діями різко зросли.

Перемога Великого Жовтня дала змогу по-іншому підійти до вирішення проблеми забезпечення країни лікарською рослинною сировиною. Основного значення набула охорона здоров'я трудящих, а не одержання прибутків від лікарського промислу. Ще в 1921 р. Рада Народних Комісарів РРФСР прийняла декрет «Про збирання і культуру лікарських рослин», який став початком великої роботи по концентрації заготівель лікарської сировини в руках держави. Керівництво збиранням, культивуванням і експортом лікарських рослин було покладено на міжвідомче бюро при ВРНК.

Надалі організаційні форми заготівель дикорослої сировини вдосконалювались. У 1930 р. при Наркоматі зовнішньої торгівлі СРСР утворили Всесоюзне об'єднання «Ліктехсировина», на яке поклали планування номенклатури і обсягу заготівель лікарської сировини та організацію самих заготівель і експорту. До вирощування цілющих рослин залучили колгоспи і радгоспи, внаслідок чого було створено промислову сировинну базу для бурхливо зростаючої хіміко-фармацевтичної промисловості.

З метою розробки наукових основ культивування лікарських рослин, заготівлі і переробки рослинної сировини в 1931 р. організовано спеціалізований Всесоюзний науково-дослідний інститут лікарських рослин із зональною дослідною мережею. У 1935 р. Народному Комісаріату охоро-

ни здоров'я СРСР доручили керувати культивуванням і заготівлями лікарських рослин у країні, і в 1941 р. площі посівів лікарських культур у Радянському Союзі становили вже 41,6 тис. га.

Нині в СРСР діє злагоджена система виробництва і заготівель лікарських рослин. Загальне керівництво, планування обсягу і номенклатури заготівель, а також оперативне керівництво заготівлями культивованої і значної частини дикорослої сировини покладено на спеціалізоване Всесоюзне об'єднання по виробництву, заготівлі і переробці лікарських рослин при Міністерстві охорони здоров'я СРСР (В/О «Лікроспром»). В об'єднання входять 25 спеціалізованих радгоспів лікарських рослин, розташованих у різних районах Радянського Союзу, в тому числі у нашій республіці.

Незважаючи на те, що заготівлі цілющої рослинної сировини на Україні зростають, потреби медичної, харчової та деяких інших галузей промисловості не задовольняються. Тому вирощування лікарських рослин на присадибних ділянках, у колективних садах допоможе внести певний вклад у цю державної ваги справу.

Слід підкреслити, що матеріали по вирощуванню лікарських рослин особливо потрібні в наш час, оскільки питання про бережливе ставлення до природи є предметом урядових постанов і широких міжнародних угод.

Пропонована читачам книга призначена для всіх, хто бажає зайнятися вирощуванням і заготівлею лікарської сировини. Автори сподіваються, що вона не тільки надасть практичну допомогу працівникам заготівельних організацій, аптек, лісництв, а й буде цікавою для вчителів, студентів, школярів та інших читачів.

В основу книги покладено досвід авторів по вирощуванню лікарських рослин на присадибній ділянці, інтродукції, акліматизації та селекції їх в умовах Прикарпаття, літературні дані.

Чому цілющі лікарські рослини?

Основною властивістю лікарських рослин є те, що з неорганічних, мінеральних речовин грунту, води і вуглекислого газу повітря вони утворюють органічні сполуки, які цілюще діють на організм людини і тварин. Пояснюється це, з одного боку, спільністю основних життєвих функцій тваринної і рослинної клітин, а з другого — тим, що вищі тварини протягом мільйонів років розвивались на Землі в тісному зв'язку з вищими рослинами, які були для них основним джерелом харчування. Таким чином, рослини відіграють роль посередника між органічним і неорганічним світом.

У процесі асиміляції рослини синтезують вуглеводи (цукри, крохмаль), безазотисті (глікозиди, ефірні олії, таніни) і азотовмісні (амінокислоти, холін, алкалоїди та ін.) речовини. Для цього потрібні не тільки вуглець, азот, водень і кисень, а й сірка та фосфор. Крім того, для підтримання життя рослин необхідні залізо, кальцій, хлор, натрій, силіцій, марганець тощо.

Із рослинних сполук, що мають лікувальне значення, фармакологічно активними є вуглеводи (моно-, ди- та полісахариди), дубильні речовини, глікозиди (сапоніни, фенольні, серцеві, гіркі), ефірні олії, алкалоїди, вітаміни.

Вуглеводи — перший продукт асиміляції рослин. Із цукрів у рослині насамперед утворюється тріоза, а потім (при полімеризації) — тетроза і пентоза. Як харчовий та енергетичний засіб важливе значення мають гексази — глюкоза, галактоза, мальтоза і фруктоза. З останньої утворюється інулін.

Найважливішим представником дисахаридів є сахароза (утворюється в цукрових буряках), трисахаридів — генціоза (тирлич жовтий) і рамноза (жостір).

Полісахариди — це цукроподібні сполуки (крохмаль, інулін і пектин). Крохмаль широко використовується не тільки як продукт харчування, а й в косметиці та дерматології. У науковій медицині його застосовують як обволікуючий засіб, що захищає слизові оболонки від подразнення.

Інулін вживають при лікуванні діабету. Він міститься в коренях оману високого, цикорію дикого, кульбаби лікарської.

Пектини — це речовини, з яких будуються рослинні тканини. Використовуються при лікуванні дитячих поносів (яблучна дієта).

Дубильні речовини являють собою похідні фенолу і дуже поширені в рослинах. Вони бувають двох видів: глюкозидозв'язані з галовою кислотою (галотаніни, депсини) і ті, що належать до групи конденсованих танінів — катехінів.

Дубильні речовини першої групи містяться в брусниці, ревені, чорниці, а другої — в ракових шийках, перстачі прямостоячому, родовику лікарському.

Глікозиди — сполуки цукрів з різними нецукристими компонентами — продуктами обміну в рослинному організмі. До них належать, зокрема, сапоніни — поверхнево активні речовини. При збовтуванні вони утворюють стійку піну, подібну до мильної, що зумовило їхню назву.

Агліконн сапонінових глікозидів поділяють на нейтральні сапоніни, що містяться в листках наперстянки великоквіткової, та сапогенінової кислоти (наприклад, примулова, яку виявлено в коренях первоцвіту, або полісалова кислота — в коренях цукрових буряків тощо).

Досить велику групу становлять фенольні глікозиди: арбутин — діюча речовина брусниці, бадану товстолистого, вересу лікарського — має виражену знезаражувальну дію і з успіхом використовується при запальних процесах сечовивідних шляхів; саліцин — міститься в корі різних видів верб та в бруньках тополь; спірацин, виявлений в гадючнику шестипелюстковому. Два останні глікозиди при розпаді утворюють метиловий саліцилат, який позитивно діє при подагрі та ревматичних захворюваннях.

Серцеві глікозиди — сполуки, які діють на серцевий м'яз. Вони — похідні гідрованого циклопентанофенантрену.

Дуже важливими для лікування серцевих захворювань є глікозиди наперстянки великоквіткової, горицвіту весняного, конвалії та ін.

У багатьох рослинах виявлено гіркі глікозиди. Вони стимулюють виділення шлункового соку, тому їх використовують при порушенні травлення та для підвищення апетиту.

Гірким глікозидом є абсинтин полину гіркого, еритаурин золототисячника звичайного, генціїн і генціопікрин тирличу жовтого, вербеналін вербени лікарської тощо.

Ефірні олії — це суміш органічних летких сполук. До їх складу входять терпени, вуглеводи, дитерпени, сесквітерпени, спирти, альдегіди, кетони, феноли, складні ефірні кислоти, лактони та ін. Ефірні олії нагромаджуються в специфічних для певного виду залозах листків, насіння, плодів, в надземних органах і не беруть участі в обміні речовин.

Алкалоїди — складні азотовмісні сполуки лужного характеру, що виробляються в рослинах. Вони нагромаджуються переважно в насінні, листках і коренях рослин. Наприклад, берберин міститься в барбарисі, халідонін — у чистотілі великому, аконітин — в аконіті і т. д.

Вітаміни — специфічно діючі речовини, необхідні для життя людини і тварин. Відсутність їх у продуктах харчування призводить до захворювання — гіповітамінозу і авітамінозу.

Вітаміни поділяють на дві групи: жиророзчинні (А, D, Е) і водорозчинні (В і С). Вітамін К розчиняється у воді і в жирах. Він зустрічається тільки як каротиноїд, тобто провітамін вітаміну А.

Вітаміни групи В і вітамін С виявлено майже в кожній рослині. Вітамін А у вигляді каротиноїду міститься в петрушці (26 мг%), кульбабі лікарській (17 мг%), шипшині (5 мг%) і багатьох інших. Нестача його призводить до захворювання очей (ксерофтальмія, гемералопія), порушення росту, функції печінки, обміну холестерину тощо.

Вітамін B_1 (тіаміну бромід) виявлено переважно в насінні злакових і бобових рослин. При зменшенні його кількості в організмі людини порушується вуглеводний та ліпідний обмін, виникають захворювання нервової системи (поліневрити, невродегенерація).

Вітамін B_2 (рибофлавін) бере участь у вуглеводному, білковому й жировому обміні, відіграє важливу роль у поліпшенні функції очей. Гіпорибофлавіноз і арибофлавіноз викликають погіршення апетиту, головний біль, різь в очах та ін.

Вітамін B_6 (піридоксин) міститься в неочищених зернах злакових культур, у картоплі, овочах. Відіграє важливу роль в обміні речовин. Нестача його, зокрема у дітей

раннього віку, може викликати затримку росту, шлунково-кишкові захворювання, підвищену збудливість; у дорослих — втрату апетиту, нудоту, кон'юнктивіт; у вагітних — дратівливість, блювоту, стоматит і т. д.

Вітамін B_{12} (ціанкобаламін) синтезується головним чином бактеріями і синьозеленими водоростями; в організмі людини — мікрофлорою кишечника. Він — найкращий протианемічний препарат.

Вітамін С — аскорбінова кислота. Це — протицинготний засіб. Дуже багаті на вітамін С шипшина, кропива, суниці, смородина та ін. Зменшення вмісту його в організмі людини знижує стійкість проти інфекційних захворювань. Повна відсутність призводить до цинги.

Вітамін D — комплекс вітамінів. Вважають, що їх шість. Зокрема, D_2 — похідний ергостерину, а D_3, D_4, D_5 — дигідроергостерину. В рослинах виявляють тільки провітаміни D. Вітамін міститься в продуктах тваринного походження.

Вітамін D регулює обмін кальцію і фосфору. Його застосовують при проявах рахіту, туберкульозі шкіри тощо.

Вітамін Е (токоферол) міститься в проростках злакових рослин. Нестача його в організмі зумовлює порушення функції статевих залоз.

Дуже важливе значення у біологічних процесах, що відбуваються в організмі людини, мають мікроелементи, зокрема мідь, марганець, цинк, хром, нікель, кобальт, йод, бром та ін. Кожний з хімічних елементів виконує відповідну фізіологічну роль і один одного не замінює. Наприклад, мідь бере участь в обміні речовин, у процесах тканинного дихання, а разом із залізом і марганцем — у кровотворенні. Марганець — в окисно-відновних реакціях. Хром та миш'як стимулюють діяльність кровотворних органів. Срібло діє антисептично.

Культивовані та дикорослі лікарські рослини

Айва японська (айва японская)
Chaenomeles japonica Lindl.

З давніх-давен на батьківщині (Японія, Китай) широко використовувалася в народній медицині. Останнім часом стала популярною в нашій республіці.

Це — декоративна плодова рослина заввишки до 1 м з родини розових (Rosaceae). Росте кущем. Стовбур і гілки тонкі, 1,5—2 см в діаметрі, гілки з колючками. Коренева система в 5—6-річному віці поширюється на глибину до 2 м. Листки невеликі, яйцеподібні, блискучі, квітки оранжево-червоні. Плоди порівняно дрібні (маса — 30—40 г), яскраво-жовті, ароматні, багаті на цукор (до 12 %), пектини, лимонну кислоту, вітамін С. З них виготовляють переважно варення, соки, компоти, джеми желе, цукати, мармелад. Плоди заготовляють восени. Їх м'якуш твердий, жовтуватого кольору. У сирому вигляді не використовують.

Айва японська — морозостійка, витримує мороз до —30 °С. Плодоносить щороку починаючи з 3—4-го року після садіння. З одного куща (8—10-річного) збирають до 4—5 кг плодів. З лікувальною метою їх звичайно використовують при захворюваннях печінки, як правило, печеними. Насіння айви, яке при розмочуванні дає слиз, вживають зовнішньо як обволікуючий засіб, усередину — при шлункових захворюваннях, як відхаркувальне. В медичній практиці насіння використовують для приготування емульсій. У народній медицині з нього готують відвари, які застосовують при поносах і кровохарканні.

Розмножують вегетативно (живцями, відсадками, паростками, поділом куща, щепленням) і насінням. Живці завдовжки 10 см заготовляють у травні — червні. Їх садять у заздалегідь підготовлену шкілку, накривають поліетиленовою плівкою або скляною рамою і притінюють щитами. Догляд полягає в систематичному зволоженні грунту. Через 4—5 тижнів, коли живці укорінилися, прикриття знімають. При належному догляді через рік їх висаджують на постійне місце.

Для розмноження відсадками навесні розвинуті гілки, які ростуть ближче до грунту, вкладають у підготовлені рівчаки завглибшки 6—8 см, присипають землею і кожні два тижні поливають водою або 10 %-ним розчином курячого посліду. Восени саджанці відокремлюють і пересаджують на постійне місце.

Розмноження поділом куща найчастіше застосовують при пересаджуванні рослини восени або навесні до початку сокоруху. При розмноженні щепленням (окулірованням брунькою) як прищепу використовують айву звичайну, глід або грушу.

Насіннєве розмноження проводять восени. При цьому насіння після стратифікації висівають на відстані 6—7 см одне від одного в борозни з міжряддями 50 см, присипають

землею і кілька разів поливають. Навесні сходи знову поливають, а грунт — розпушують. Після дворічного вирощування в шкілці саджанці пересаджують на постійне місце.

Акація біла (робиния ложноакациевидная)

Robinia pseudoacacia L.

На європейський континент рослина потрапила з Північної Америки. Росте в культурі у чистих і змішаних насадженнях. Найбільші площі її насаджень зосереджені в Лісостепу і Степу. Трапляється в парках, садах, полезахисних і протиерозійних смугах, у захисних насадженнях уздовж доріг, поблизу пасік тощо.

Біла акація — дерево до 35 м заввишки з родини бобових (Fabaceae). Крона велика, розлога. Кора сіра, темносіра чи коричнювата, вздовж стовбурів і старих гілок потріскана. Листки завдовжки 18—20 см, чергові, непарноперисті, з 4—10 парами довгастих, довгасто-овальних або овальних листочків. Останні цілокраї, з округлою чи дещо звуженою основою і тупою верхівкою. Квітки зібрані в негусті пазушні пониклі китиці. Плід — довгасто-лінійний біб, насінини вузькониркоподібні, коричневі або темнобурі, матові. Цвіте у травні — червні. Є одним з найкращих і високопродуктивних ранньолітніх медоносів.

У науковій медицині використовують квітки акації при лікуванні захворювань нирок, сечового міхура і нирковокам'яної хвороби.

У квітках білої акації містяться глікозид робінін та ефірна олія (0,08—0,12 %).

Розмножується насінням і вегетативно. Утворює багато кореневих паростків, тому акацією білою закріплюють крутосхили, використовують у полезахисних смугах.

Квітки акації заготовляють на початку цвітіння. Суцвіття зривають руками або зрізують секатором, потім обривають квітки, розкладають їх тонким (2—3 см завтовшки) шаром на папір і сушать.

Аконіт міцний (аконит крепкий)

Aconitum firmum Rchb.

З сивої давнини відомі людям отруйні властивості аконітів. В Індії їх використовували для отруєння стріл. Пліній Старший називав аконіти рослинним миш'яком. У Стародавній Греції та Римі їх використовували під час виконання смертних вироків. Діоскорид зазначав, що аконіти вживали для отруєння вовків, пантер та інших диких звірів. Великий римський поет Овідій, описуючи в своїй поемі «Метаморфози» золотий, срібний та залізний віки людства, для характеристики гріхів залізного віку використовував

такий вислів: «Грізні мачухи варять квіти аконітів». А. П. Чехов у книзі «Острів Сахалін» описує випадок захворювання людини, яка їла печінку свині, що отруїлася аконітом. Очевидно, з цим пов'язані народні назви: зілля чорне, отрутник, тоядь.

Це — багаторічна трав'яниста рослина, 20—40 см заввишки, з родини жовтецевих (Ranunculaceae). Листки пальчасто-роздільні. Квітки зібрані у видовжені нерозгалужені китицеподібні густі суцвіття. Чашолистки пелюсткоподібні, синьо-блакитні. Пелюстки, які набагато дрібніші від чашолистків і мало помітні, виступають у вигляді нектарників. Цвіте в другій половині літа — в липні — вересні. Запилюється тільки джмелями.

У дикому стані на Україні росте на гірських луках та кам'янистих скелях Карпат, трапляється також у верхній смузі лісового поясу. На фоні інших рослин аконіт міцний виділяється своїми струнками стеблами й конусоподібними суцвіттями.

Як і інші представники роду аконітів, містить отруйні алкалоїди аконітин та псевдоаконітин, що й обумовлює властивості рослини. В стеблі і листках їх міститься 0,9 %, у суцвітті — до 1,25 %. Найбільш отруйна частина аконітів — корінь.

У народній медицині використовують при невралгії, подагрі, ревматизмі, проти пухлин. У далекому минулому китайські лікарі вживали аконіт при болях, викликаних раком.

Аконіт міцний та інші види можна висаджувати як декоративні рослини. Розмножують насінням та поділом коренів.

Восени насіння висівають у пухкий грунт на глибину 1—1,5 см. Сходи з'являються навесні. В перший рік життя рослина утворює розетку, а цвіте і плодоносить — на другий рік. Вегетація починається з квітня. Протягом вегетаційного періоду рослини 2—3 рази проріджують, видаляючи бур'яни.

Збирають корені аконіту восени, старі з стебловими залишками відкидають. Сушать у добре провітрюваних приміщеннях або у затінку на відкритому повітрі.

Збираючи аконіт, слід пам'ятати, що всі його частини отруйні.

Алоє деревоподібне (алоэ древовидное)
Aloe arborescens Mill.

Батьківщина алоє — Африка. Лікувальні властивості цієї рослини з давніх-давен відомі єгиптянам, арабам, на-

родам Китаю, Тібету. Вона згадується у працях Діоскорида, Плінія та ін. Добре відоме алое було і древнім народам Європи.

Римляни культивували його у своїх садах. Араби вважали алое символом терпіння, бо листки рослини довго не в'януть. Славетний лікар Ібн-Сіна (Авіценна) цю рослину пропонував для лікування очей, шлунка, інших хвороб.

У X ст. про алое вже згадується в англосаксонських, а в XII — в німецьких посібниках. За твердженням лікаря Бухона (Москва, 1792 р.), його вживали як жовчогінний засіб, при виразках рогівки та ін.

Вічнозелена сукулентна дерев'яниста рослина з родини лілійних (Liliaceae), яка на батьківщині досягає 4 м у висоту. Стовбур короткий, вкритий рубцями відмерлих листків. Листки зелені, соковиті, м'ясисті, видовжено-ланцетоподібні, вкриті восковим нальотом, на верхівці стовбура дуже тісно зібрані в розлогу розетку. Верхній бік листка увігнутий, нижній — опуклий; довжина його — близько 60 см, ширина — від 6 до 10 см, товщина — 1—2 см. Край листка рідкозубчастий, з шипами на кінці зубців. З центра розетки виходить висока квіткова стрілка, яка закінчується довгою прямостоячою китицею великих красивих червоних або жовтих квіток.

У дикому стані росте в напівпустелях Африки й Індії. У нашій країні культивується в районах з субтропічним кліматом.

Алое містить гіркі на смак глікозидні сполуки, органічні кислоти, смоли, дубильні речовини, ефірну олію, вітамін С, каротин тощо.

Сабур (сухий сік алое) — згущена, затверділа маса темно-коричневого кольору із своєрідним запахом і гірким смаком. Містить глікозидну речовину алоїн, що являє собою суміш зв'язаних і вільних антраглікозидів, які розпадаються на емодин і цукор, а також алое-смолу, ефірну олію та інші речовини.

Сабур у великих дозах (0,5—1 г) застосовують як проносне, в дозах 0,05—0,2 г він поліпшує травлення і збуджує апетит. Свіжий сік використовують для приготування сиропу алое з залізом, який є ефективним засобом лікування анемій. Крім того, його призначають при лікуванні гнійних ран у вигляді примочок. У народній медицині свіжий сік застосовують зовнішньо як ранозагоювальний засіб, а також при різних шкірних захворюваннях і наривах; усередину приймають при туберкульозі.

Наукова медицина використовує як сік, так і емульсію алое, яку призначають для запобігання та лікування радіаційних уражень шкіри.

Для вирощування алое необхідний грунт з нейтральною або слабокислою реакцією. Рано навесні ділянку орють (копають) на глибину 20—22 см. За 2—3 тижні перед садінням її переорюють на глибину 12—15 см, культивують і боронують.

Органічні добрива вносять перед першою оранкою з розрахунку 0,3 т/100 м^2. Одночасно дають й мінеральні добрива: фосфорні — 2 кг і калійні — 1 кг/100 м^2.

Для розмноження молоді пагони, а також верхівку стебел у серпні — вересні укорінюють в парниках з високородючим грунтом на відстані 20—30 см один від одного. Посадку проводять рядками з відстанню між ними 70 см. Догляд за плантацією полягає в розпушенні міжрядь і прополюванні.

Лікарська сировина — листя. Спочатку зрізують нижні і середні найбільш розвинуті листки завдовжки не менше 15 см. Свіжозібрані і упаковані в ящики з отворами для вентиляції листки направляють на завод для переробки.

Алтея лікарська (алтей лекарственный)
Althaea officinalis L.

Згадується в працях стародавніх лікарів. На початку IX ст. Карл Великий видав наказ про вирощування лікарських рослин, у тому числі й алтеї.

Східні слов'яни при легеневих захворюваннях використовували різні лікарські рослини (малина, липа, чебрець, солодка), але найбільш популярною, за свідченням багатьох джерел, була алтея лікарська.

Це — багаторічна трав'яниста рослина з родини мальвових (Malvaceae). Має широке вертикальне кореневище з простими, рідше галузистими жовто-бурими придатковими коренями, які досягають 50 см довжини. З кореневища відходить кілька прямостоячих сірувато-зелених, угорі короткогалузистих стебел заввишки близько 1 м з листками і блідо-рожевими квітками, розміщеними по кілька штук у пазухах верхніх листків. Листки черешкові, з обох боків сірувато-зелені; нижні — яйцеподібні, п'ятилопатеві, верхні — трилопатеві, по краях зарубчасто-пилчасті. Квітки складаються з подвійної неопадаючої чашечки, п'ятипелюсткового віночка і численних тичинок, які зрослися майже до самого верху в одну загальну трубку, що прикриває маточку. Плід сухий, у вигляді приплюснутого

кружка, оточений чашечкою, яка залишається; плід розпадається на бурі сім'янки.

Росте по вологих луках, в заплавах річок, серед чагарників у середній і південній смугах європейської частини СРСР, у Криму, на Кавказі і в Середній Азії. Культивують на Україні.

Корені алтеї містять до 35 % слизових речовин, які визначають цілющі властивості рослини, а також крохмаль (до 37 %), сахарозу (10,2 %), бетаїн (до 4 %) і жирну олію (до 1,7 %).

Препарати алтеї (порошок, водний настій, рідкий екстракт, сироп) використовують як протизапальний, обволікуючий і відхаркувальний засіб при катаральних станах дихальних шляхів, а також при поносах, гострих гастритах і ентероколітах. Вона входить також до складу грудного збору.

Крім застосування в медицині, рослину можна використовувати для одержання з її стебел волокна, а з насіння — олії.

У народній медицині корінь алтеї вживають рідко, значно частіше квітки і листя при шлунково-кишкових захворюваннях, для полоскання горла і клізм при поносах.

Вирощують алтею на чистих від бур'янів суглинистих і супіщаних чорноземах з неглибоким заляганням грунтових вод. Орють на зяб на глибину 25—27 см. Перед цим вносять органічні (з розрахунку 0,3 т/100 м^2) і мінеральні (5 кг фосфорних і 1 кг калійних) добрива.

Розмножується алтея в основному насінням. Норма висіву його — 0,1 кг/100 м^2, міжряддя — 70 см. Насіння загортають на глибину 1,5—2 см.

Після появи сходів міжряддя розпушують на глибину 5—7 см. Якщо сходи густі, їх проріджують, залишаючи на 1 м погонної довжини рядка 8—10 рослин. Протягом літа посіви ще 2—4 рази розпушують з одночасним прополюванням в міру необхідності. Починаючи з другого року життя рослини на цих плантаціях підживлюють аміачною селітрою з розрахунку 3 кг/100 м^2. Перед уходом в зиму відмерлі частини рослини видаляють.

У перший рік життя алтея утворює листкову розетку. Лише деякі екземпляри дають пагони заввишки понад 1 м. Багаторічні рослини відновлюють свій ріст у квітні. Ріст стебла (воно досягає 2,5 м) уповільнюється під час цвітіння (липень — серпень).

Викопують корені рано навесні або восени. Їх очищають від землі, зразу ж протягом 20—25 хв миють у проточній

воді, після чого ріжуть на шматочки по 20—25 см і сушать при температурі 40 °С. Зберігають в мішках у сухих приміщеннях.

Амі велика (амми большая)

Ammi majus L.

Серед населення південних країн частіше, ніж у північних, можна зустріти людей з білими плямами на обличчі. Якщо ці плями поширені і на волосистій частині голови, то волосся в цьому місці також стає білим. Це тяжке захворювання називається вітіліго, песь, або лейкодермія. Причина його невідома. Донедавна вважалось, що в більшості випадків лікування лейкодермії безрезультатне.

Для лікування цього захворювання в народній медицині Єгипту ще в XIII ст. з успіхом застосовували амі велику.

Це — трав'яниста рослина заввишки 100—140 см з родини зонтичних (Apiaceae). У верхній частині вона в'ється, але листків на стеблі небагато.

У дикому стані росте на півдні Європи. В нашій країні культивується в Краснодарському краї і південних районах України. В рослинах містяться фурокумарини, бергаптен і ксантотоксин.

З амі великої виготовляють препарат аміфурин, запропонований для лікування лейкодермії.

Невибагливість рослини вказує на можливість вирощування її на різних грунтах, але найкращі результати одержують при культивуванні на помірно вологих чорноземах, особливо в південних районах України. Основну оранку на глибину 25—28 см проводять після проростання бур'янів. Перед сівбою ділянку боронують, при необхідності культивують на глибину 8—10 см і прикочують.

Під зяблеву оранку можна вносити як органічні (0,2 кг/100 м^2), так і мінеральні добрива (2 кг/100 м^2 сірчанокислого амонію або 1 кг/100 м^2 аміачної селітри, 3 кг/100 м^2 суперфосфату та 1 кг/100 м^2 хлористого калію).

Навесні стратифіковане насіння висівають у підготовлений грунт з міжряддями 45—55 см. Норма висіву — 40—50 г/100 м^2, глибина загортання насіння — 2—3 см.

Амі можна також висівати пізно восени з таким розрахунком, щоб насіння до зими не зійшло. При цьому норму висіву збільшують до 50—60 г/100 м^2, а глибину загортання в грунт зменшують до 1—1,5 см.

Після появи сходів грунт у міжряддях в міру необхідності (але не менше 2—3 разів) розпушують, видаляючи бур'яни.

Сходи появляються на 3—4-й тиждень після сівби. Цвісти рослини починають у кінці другого місяця після появи сходів. Плоди достигають у кінці літа. Збирають їх після пожовтіння стебел, побуріння зонтиків і поступового висихання листя, потім підсушують й остаточно очищають.

Аніс звичайний (анис обыкновенный)

Anisum vulgare Gaertn. (Pimpinella anisum L.).

Як лікарська і пряно-ароматична рослина використовувалась ще у Стародавньому Єгипті і Римі. Про лікувальні властивості рослини згадують Гіппократ та Піфагор. В Центральну Європу вона потрапила з Риму. В середині XVI ст. у Німеччині аніс додавали до виробів з борошна. В Росію його було завезено в 30-х роках XIX ст.

Культивується кілька тисяч років, у тому числі на Україні.

Це — однорічна трав'яниста рослина з родини зонтичних (Apiaceae). Стебло прямостояче, округле, вгорі галузисте, заввишки близько 50 см. Листки чергові, прикореневі — довгочерешкові, округло-ниркоподібні з великозубчастим краєм, вищерозміщені — довгочерешкові, трійчасті, з клиноподібними, по краях пилчастими листочками, верхні — майже сидячі, поділені на вузькі ланцетоподібні частки. Дрібні білі квітки розміщені на кінцях стебла і гілок складними зонтиками без обгорток. Плід — невелика грушоподібна двосім'янка, яка розпадається на окремі плодики.

Аніс у СРСР культивується в основному на Україні та Північному Кавказі. Його плоди містять 1—5 % ефірної олії, білки, жирну олію та ін.

Анісова олія являє собою безбарвну або злегка жовтувату рідину (при температурі нижче 15 °С — білу кристалічну масу) з характерним запахом і солодкуватим смаком. Вона складається з анетолу (80 %), метилхавіколу (7—10 %), анісового альдегіду і анісової кислоти.

Як лікарська рослина аніс звичайний використовується в 29 країнах світу, в тому числі в Радянському Союзі. Є вказівки на його застосування при втраті голосу.

Крім того, аніс рекомендують як відхаркувальне. Він посилює перистальтику кишечника та поліпшує смак інших ліків. Плоди анісу входять до складу протиастматичної мікстури за прописом Траскова, проносного збору, а також приписуються в різних інших комбінаціях. Ефірна олія входить до складу різних крапель від кашлю.

Плоди і олію анісу використовують у парфюмерії, косметиці і харчовій промисловості; жирну олію — в мило-

варінні, а тверду її частину — як замінник олії какао. Макуха йде на корм тваринам.

Сіють аніс звичайно рано навесні на глибину 2—3 см. Норма висіву — 1—1,5 г на 1 м^2. Для прискорення проростання насіння стратифікують. Висіяне в грунт, воно дає сходи на 5—10-й день. Через 2 міс рослина цвіте. Плодоносить регулярно. Проріджування і розпушення міжрядь сприяють швидкому росту і збільшенню вмісту діючих речовин.

Заготовляють насіння в суху погоду, приблизно в середині серпня при повному достиганні (стебла бурішають, плоди у верхніх зонтиках набувають зеленувато-сірого кольору). Збирання у фазі повної стиглості призводить до значних втрат через осипання насіння.

Аралія маньчжурська (аралия маньчжурская)
Aralia mandschurica Rupr. et Maxim
(A. etata (Mig) Seem.

На батьківщині (Приморський і Хабаровський краї, Корея і Північний Китай) з давніх-давен відома як женьшеньоподібний засіб.

Це — невелике струнке деревце з родини аралієвих (Araliaceae) заввишки 5 м, що нагадує пальму. Корені циліндричні, довгі. Стовбур тонкий, нерозгалужений, густо вкритий міцними колючками. На верхівці його є густе кільце великих перистоскладних довгочерешкових листків до 1 м завдовжки. Суцвіття волотеві, великі, завдовжки до 45 см, зібрані по 6—8 зонтиків на верхівці стовбура. Квітки двостатеві, непоказні, дрібні, зеленуваті. Плоди ягодоподібні, синьо-чорного кольору, діаметром 3—5 мм, з п'ятьма кісточками. Цвіте в липні — серпні. Плоди достигають у другій половині вересня.

Поширена на Далекому Сході. На Україні культивується.

Корені аралії містять сапоніни, аралозиди А, В і С, смоли та ефірну олію. До складу аралозиду А входять глюкоза, арабіноза і глюкуронова кислота; аралозиду В — глюкоза, арабіноза та глюконова кислота; аралозиду С — глюкоза, галактоза, ксилоза й глюкуронова кислота.

Аралію використовують як стимулюючий і тонізуючий засіб (як і женьшень). Її настій рекомендують при фізичній і розумовій втомі, зниженні працездатності, після виснажливих захворювань. Не можна застосовувати препарати аралії маньчжурської при гіпертонії і безсонні.

Не лише лікувальними, а й декоративними властивостями славиться ця рослина. Особливо красива вона восени,

коли утворюються чорні кулясті плоди. Стовбур і бокові складні гілки густо вкриті великими і дуже гострими колючками, через що пройти крізь її зарості неможливо.

Аралію легко виростити. Насіння її проростає навіть без стратифікації. Молоді сходи швидко ростуть і вже на 2—3-й рік утворюють товсті колючі стовбурці. Дорослі рослини мають значну кореневу поросль, яка поступово піднімається навколо материнської рослини густим каскадом: високі туляться ближче до неї, а менші розбігаються на всі боки. Таку кореневу поросль легко пересадити — вона чудово приживається і швидко росте.

Рослина світлолюбна, не вибаглива до умов вирощування, не боїться морозів, хоча в окремі суворі зими верхівки молодих пагонів можуть підмерзати. Її можна використовувати в протиерозійних насадженнях на крутосхилах, для створення декоративних куртин у парках і скверах.

Корені заготовляють пізно восени після дозрівання насіння або рано навесні до початку сокоруху. Одержані довгі циліндричні корені (по 2—4 см у діаметрі) очищають від дрібних корінців та землі, негайно миють і розрізують упоперек на шматочки завдовжки 10—12 см. Товсті корені розрізують ще й вздовж. Сушать при температурі 25—30 °С.

Арніка гірська (арника горная)
Arnica montana L.

Серед горян Українських Карпат з покоління в покоління мандрують різні легенди про цілющу силу цієї рослини. В одній з них розповідається, що князь Данило Галицький вилікувався арнікою від легеневого захворювання.

У той же приблизно період добре знали арніку як лікувальний засіб і в різних країнах Західної Європи. Входила в усі фармакопеї.

Це — багаторічна трав'яниста рослина з родини складноцвітих [Asteraceae (Compositae)] заввишки 30—65 см, з приємним запахом. Кореневище коротке (до 15 см завдовжки), циліндричне, багатоголовкове, червоно-буре, 1 см завтовшки. Протягом першого року виростає тільки розетка з 6—8 досить великих довгастих прикореневих листків, на другий рік — пряме слаборозгалужене коротковолосисте стебло. Біля його основи є 4—6 прикореневих листків з 5—7 поздовжніми жилками. Ці листки супротивні, короткочерешкові, яйцеподібні, цілокраї, заокруглені або гострі, зібрані у розетку. Листки на стеблі (1—3 пари) наполовину менші, напівстеблообгортні, довгасті, обер-

неноляйцеподібні або ланцетні, зверху темніші, опушені короткими волосками, знизу — світло-зелені, голі. Квітки зібрані в кошики діаметром 5—8 см на верхівці стебла і гілок. Обгортки кошиків напівкулясті, складаються з 16—24 видовжено-ланцетоподібних, загострених, зелених з бурими краями листочків.

В Українській РСР арніка росте в Карпатах від Путили (Чернівецька область) на сході і до Сколе (Львівська область) на заході, в основному на полонинах (400—1100 м над р. м.). Трапляється на Поліссі (Олевський район Житомирської області).

Кошики арніки містять сліди ефірної олії, до складу якої входять арулен і сесквітерпени, а також арніцин, що складається із жовтого пігменту фітостерину та інших сполук.

Як лікарська сировина використовується в 27 країнах світу, в тому числі в Радянському Союзі. В індійській медицині призначають як стимулюючий і заспокійливий засіб. Згідно з експериментальними даними, квіти арніки збуджують центральну нервову систему, тонізують серцевий м'яз, діють жовчогінно. Спиртову настойку вживають як кровоспинний засіб в акушерській і гінекологічній практиці; зовнішньо — замість йоду при дрібних ранах. Входить до складу перцевого пластиру.

Розмножується вегетативно і насінням. Останнє не потребує стратифікації. При весняному висіві сходи з'являються на 3—4-й тиждень. У перший рік рослини утворюють розетку з листків. Починаючи з дворічного віку регулярно цвітуть і плодоносять.

Добре розмножується поділом кореневищ. Висаджують їх у підготовлений грунт на відстані 20—25 см одне від одного, ширина міжрядь — 30—40 см. Догляд полягає в розпушенні та прополюванні міжрядь 2—3 рази за вегетаційний період.

Заготовляють кошики в червні — серпні, зрізуючи біля самої основи, щоб залишок квітконоса не перевищував 1 см. Після цього їх зразу сушать без доступу сонячного світла. Протягом літа суцвіття-кошики збирають 4—5 разів.

Бадан товстолистий (бадан толстолистый)
Bergenia crassifolia (L.) Fritsch.

Давно відома як технічна, фарбувальна, лікарська і декоративна рослина. На Алтаї був поширений ще в середині XIX ст. Перші спроби використати бадан як дубитель були зроблені в Забайкаллі в період першої світової

війни. Систематичне вивчення цієї рослини почалося в 20-і роки XX ст.

Бадан товстолистий — багаторічна трав'яниста рослина з родини ломикаменевих (Saxifragaceae). Має м'ясисте кореневище, яке досягає кількох метрів у довжину і до 3,5 см в товщину. Воно дуже розгалужене, залягає майже на поверхні грунту і закінчується могутнім коренем, який заглиблюється в грунт. Листки довгочерешкові, великі, широкоовальні, цілокраї, тверді, блискучі, темно-зелені, восени — яскраво-червоні. Квітки рожеві, зібрані півзонтиком на коротких безлистих стеблах. Цвіте рано навесні.

У дикому стані зустрічається тільки в Сибіру, де росте по кам'янистих осипах і в лісах; особливо великі зарості на Алтаї.

Кореневище містить від 15 до 25 % дубильних речовин (до складу яких входить близько 35 % галової кислоти), глікозид берберин, глюкоза, сахароза і багатоатомні феноли. Бадан має сильну в'яжучу дію й застосовується як протизапальний і антисептичний засіб.

Листя також багате на дубильні речовини і містить до 22 % арбутину — основної діючої речовини ведмежих вушок, які використовують для лікування циститів. Особливо багаті на нього старі листки. З арбутину одержують танін і гідрохінон.

Як лікарська рослина використовується в гінекології, при кишкових захворюваннях, як кровоспинний і антисептичний засіб. У народній медицині вживають ще як сурогат чаю. Гідрохінон, добутий з листків, використовують у фотографії для одержання проявника.

Серед дубильних рослин бадан має найбільше значення. Витяжка з листків і кореневища дає чорну фарбу.

Як декоративна рослина культивується з XVIII ст. Незамінний при обсаджуванні сухих кам'янистих місць, обривів, осипів, придатний для створення великих зелених куртин на відкритих місцях, у парках і бордюрах.

Розмножують насінням і поділом кореневища. Стратифіковане протягом 1 міс насіння висівають у підготовлений грунт. Сходи з'являються на 8—10-й день після сівби. В кінці першого року утворює розетку з листків, діаметр яких дорівнює 8—10 см. У кінці другого року життя діаметр розеток досягає 25 см. Починаючи з трирічного віку частина рослин у кінці квітня — в травні зацвітає. Плодоносить нерегулярно.

При вегетативному розмноженні живці висаджують у підготовлений грунт на відстані 40—45 см один від одного;

ширина міжрядь — 40 см. Окремі рослини зацвітають ще в поточному році.

Бадан можна вирощувати і як кімнатну рослину. На сонячному вікні цвіте в січні — лютому.

Барбарис звичайний (барбарис обыкновенный)
Berberis vulgaris L.

Про лікувальні властивості барбарису знали ще вавілоняни та індуси. На глиняних плитках Ашшурбаніпалової бібліотеки у 650 р. до н. е. є написи про ягоди барбарису, що здатні очищати кров. Широко використовували плоди барбарису у XVIII ст. У 1893 р. І. В. Мічурін висловив думку, що вони повинні посісти чільне місце у консервній промисловості.

Барбарис — кущ з родини барбарисових (Berberidaceae), 1,5—3 м заввишки, дуже розгалужений, з гілками, вкритими трироздільними колючками до 2 см завдовжки. Листки обернено-яйцеподібні, тонкі, пилчасто-зубчасті, звужені в черешку. Квітки зібрані в пониклі грона. Чашолистків, пелюсток і тичинок — по 6. Пелюстки жовті. Цвіте у травні — червні. Плід — червона ягода, достигає у вересні.

Росте серед чагарників, на узліссях. Широко культивують як декоративну рослину.

Плоди вживають в їжу свіжими або після переробки. З них готують начинку для цукерок, желе, варення, мармелад, лікери, соки, сиропи, екстракти, безалкогольні напої. На Кавказі з барбарису, води, перцю і солі роблять гостру приправу для м'ясних страв.

Оригінальні смакові властивості плодів барбарису зумовлені наявністю в них цукрів (до 7 %), органічних кислот (до 7 %), вітаміну С (до 90 мг%). Вони містять також пектинові, дубильні й фарбувальні речовини.

З лікувальною метою використовують листки, кору і корені. В останніх міститься алкалоїд берберин. У народній медицині ягоди рекомендують для збудження апетиту, гамування спраги, зниження артеріального тиску. Молоді гілки, кору і корені застосовують при фарбуванні вовни та шкур. У декоративному садівництві із барбарису створюють живоплоти, бордюри тощо.

Розмножується насінням (після стратифікації) і вегетативно (живцями, відсадками та поділом куща).

Листки заготовляють навесні після цвітіння. Їх сушать у тіні, в добре провітрюваних приміщеннях. Корені заготовляють навесні або восени. Вибирають не більше п'ятої частини їх, щоб не пошкодити кореневу систему. Обрубані корені промивають, сушать, розрізують на шматки зав-

довжки 2 см. Сушать на горищах або під наметом при достатній вентиляції.

Плоди заготовляють у вересні — жовтні.

Барвінок малий (барвинок малый)

Vinca minor L.

Про барвінок як лікувальний засіб згадували ще Пліній Старший та Діоскорид. У Британській Вест-Індії і на Філіппінах його використовували для лікування діабету, в Бразілії — для зупинки кровотеч й лікування хронічних ран. Неабияке місце займав барвінок у віруваннях слов'янських народів, зокрема в Київській Русі.

Нев'януча зелень рослини та її виняткова живучість привернули увагу людей у середні віки. Барвінку приписували чудодійну силу, вважали його символом вічності і вірності, вірили, що він береже від дияволів та відьом.

Барвінок надовго зберігся у весільних обрядах і народних піснях. Особливо велику популярність здобув наприкінці XVIII ст. завдяки Жан-Жаку Руссо, який згадав цю рослину в своєму автобіографічному творі «Сповідь». З ростом слави книги росла популярність барвінку. Після смерті Руссо на його батьківщині було споруджено пам'ятник, підніжжя якого прикрасили барвінком.

Барвінок малий — вічнозелений півкущ (30—60 см заввишки) з родини барвінкових (Apocynaceae), з тонким горизонтальним кореневищем до 70 см завдовжки. Стебла повзучі, розгалужені, у вузлах укорінюються. Листки супротивні (3—7 см завдовжки і 2,5 см завширшки), еліптичні, шкірясті, вічнозелені, голі, зверху блискучі, по краях гладенькі. Квітки двостатеві, правильні, пазушні, поодинокі, на довгих квітконіжках. Оцвітина подвійна, п'ятичленна. Чашечка зрослолиста, віночок синій. Плід складається з двох видовжених стручкоподібних частинок.

Поширений в європейській частині СРСР. Росте в листяних лісах, переважно грабових або грабово-дубових, часто утворюючи суцільні зарості. Цвіте у травні — червні.

Трава містить алкалоїди індольного ряду — вінін, пубесцин і мінорин. В Угорщині з неї виготовляють препарат девінкан, а в Болгарії — вінкапан, які призначають як гіпотензивний засіб при гіпертонічній хворобі.

Барвінок малий — цінна декоративна рослина. Його висаджують готовими кущиками.

Вегетативно розмножується дуже швидко. Через рік-два з одного кущика виростає ціла грядка чудових вічнозелених рослин, які примножуються боковими пагонами.

Заготовляють траву барвінку малого навесні і на початку літа під час цвітіння (травень — червень), обов'язково зрізуючи її серпами чи ножами. Не можна виривати рослини з кореневищем, бо це призводить до їх знищення. Траву сушать на горищах або під навісами при добрій вентиляції, розстеливши тонким шаром (3—5 см) на папері чи тканині.

Брусниця (брусника)
Vaccinium vitis-idaea L.

На Русі брусниця відома з давніх-давен. З незапам'ятних часів ціниться вона горянами Українських Карпат. Той, хто піднімався в безхмарну височінь карпатських вершин або побував на Поліссі чи в південних районах Лісостепу, не один раз милувався в хвойних і листяних лісах цією рослиною.

Брусниця — невеликий, до 30 см заввишки, кущ з родини брусничних (Vacciniaceae), живе до 300 років. Стебло прямостояче з округлими короткоопушеними гілочками.

Листки чергові, оберненояйцеподібні або еліптичні, на верхівці тупі або дещо виїмчасті, цілокраї або з неясно зарубчастими краями, загнутими вниз, зверху темно-зелені, блискучі, зісподу світліші, з темними крапчастими ямочками. Квітки з дзвоникуватим білим або блідо-рожевим віночком, зібрані у верхівкові густі китиці. Плід — куляста яскраво-червона ягода до 0,8 см у діаметрі. Цвіте в другій половині травня і в червні, ягоди достигають у серпні — вересні.

Поширена на Поліссі і в Карпатах, де росте на полонинах, доходячи місцями до гірських вершин. Часом утворює суцільні зарості на площі у кілька гектарів.

Для лікарських потреб використовують сушене листя і достиглі ягоди брусниці. Листки містять глікозид арбутин, флавонол, гідрохінон, дубильну і виннокам'яну кислоти, ягоди — бензойну кислоту, яка має антисептичні властивості, вітамін С (2,2 %), цукор (7—9 %), а також яблучну, лимонну, оцтову кислоти та дубильні речовини.

Ягоди вживають свіжими і переробленими. З них готують варення, компоти, джем, начинку для цукерок, сік, маринади, екстракти і напої. Квашена брусниця має приємний смак й може тривалий час зберігатись. Її застосовують як гарнір до м'ясних і рибних страв, додають до салатів.

У науковій медицині використовують листки брусниці як сечогінний і дезинфікуючий засіб при нирковокам'яній хворобі, ревматизмі, подагрі, циститах. Антисептична й

протизапальна дія препаратів з листків брусниці подібна до дії листків мучниці.

У народній медицині застосовують ягоди при запальних процесах, а відвар усієї рослини (зібраної у період цвітіння) — при ревматизмі, простуді, кашлі, захворюваннях печінки, нирок, сечового міхура, гіпертонії.

Розмножувати брусницю в домашніх умовах важко. Найдоступніші способи — насінням та поділом куща.

Ягоди збирають з середини серпня до перших приморозків. Листки — зразу після сніготанення і до початку цвітіння або восени після збирання ягід. Збирають вручну, почорнілі листки відкидають. Сушать у сушарках або під наметом з доброю вентиляцією, розсипаючи тонким шаром на папері чи тканині.

Бузина чорна (бузина черная)

Sambucus nigra L.

З історії дізнаємося, що батько наукової медицини Гіппократ виділяв бузину за сечогінну дію, рекомендував відвар з її коренів для лікування набряків.

У середні віки бузину вважали священним деревом. Вірили, що її плоди дарують довголіття.

Бузина чорна — гіллястий кущ або невелике дерево (5—5,5 м заввишки) з світло-бурою тріщинуватою корою з родини жимолостевих (Caprifoliaceae). Пагони буруваті, всіяні коричневими сочевичками, всередині містять широку, білу, м'яку серцевину. Листки 3—5 см завдовжки, супротивні, непарноперисті. Листочки яйцеподібні або яйцеподібнодовгасті, гостропилчасті з косо витягнутою вершиною, по жилках опушені. При розтиранні відчувається неприємний запах. Квітки дрібні, жовтувато-білі, зібрані в щиткоподібні волоті з п'ятьма головними гілочками. Віночок п'ятипелюстковий (до 5 мм у діаметрі), тичинок 4—5, маточка одна, зав'язь нижня. Плід — тринасінна кістянка, чорно-ліловий.

Росте в листяних і змішаних лісах, заростях чагарників, на лісових порубах, узбіччі лісових доріг, узліссях, у старих парках, садах, біля жител. Цвіте в червні — липні.

У квітках бузини містяться: вітамін С (до 82 мг%), глікозид самбунігрин, який розпадається на синильну кислоту, бензальдегід і глюкозу, а також рутин, ефірна олія (до 32 %), холін, хлорогенова, кавова, валеріанова, яблучна і оцтова кислоти. Плоди містять до 50 мг% аскорбінової кислоти, каротин, дубильні речовини, карбонові та амінокислоти. В недозрілих ягодах виявлено самбунігрин, у насінні — жирну олію, в листі — самбунігрин

(0,11 %), ефірну олію, гексеновий і глікогеновий альдегіди, в старих листках — аскорбінову кислоту (до 280 мг%) і каротин (0,014 %), у корі гілок — ефірну олію, холін, ситостерин.

Суцвіття визнано лікарською сировиною в 22 країнах світу. Їх використовують у гомеопатії, в індійській медицині.

Квіти мають потогінну, сечогінну, в'яжучу і слабку дезинфікуючу дію. Водний настій з них застосовують при простуді, а також при хворобах печінки як жовчогінний засіб. Зовнішньо — для полоскання при запальних захворюваннях порожнини рота і горла, для компресів і припарок.

Ягоди використовують для забарвлення виноградного вина і надання йому мускатного смаку, відвар плодів — для фарбування шовкових тканин в оливковий колір.

У деяких сільських місцевостях бузину спеціально висаджували навколо комор із збіжжям, бо вважали, що миші і щурі не терплять запаху цієї рослини. Для захисту сіна від мишей у нього клали гілки бузини.

Бузина дуже легко розмножується стратифікованим насінням і вегетативно (пагонами та поділом куща). Вона не вибаглива до грунту, швидко росте, на другий рік життя плодоносить.

Квітки збирають у період їх повного розвитку, приблизно на початку червня. Зрізують усе суцвіття. Сушать на повітрі, після чого перетирають руками, відділяючи від щитків. Плоди збирають у фазі повної стиглості — в серпні — вересні. Сушать на печах або в добре провітрюваних приміщеннях.

Буквиця лікарська (буквица лекарственная)
Betonica officinalis L.

У різних народів Європи використовували по-різному. Дуже популярна в НДР, Чехословаччині і Польщі.

Це — багаторічна трав'яниста рослина з родини губоцвітих [Lamiaceae (Labiatae)], 30—60 см заввишки, з коротким кореневищем, яке щороку дає пучок листків з довгими черешками. Стебла висхідні, прямі, звичайно не розгалужені, чотиригранні. Нижні листки довгочерешкові, у прикореневій розетці, стеблові — супротивні, майже сидячі, 2—3 пари. Листки, як і вся рослина, більш-менш довгошорстковолосисті, великі, яйцеподібно-видовжені або довгасті, тупі, при основі серцеподібні, по краю зарубчасті. Квітки зібрані в густі пазушні багатоквіткові кільця, зближені в щільне колосоподібне суцвіття, нижні кільця

бувають віддалені. Квіткові кільця виходять із пазух верхівкових листків. Квітки неправильні, двогубі. Віночок світло-пурпуровий або пурпуровий, пухнастий. Плід — розпадний чотиригорішок.

Росте в змішаних лісах, серед чагарників, на луках. Цвіте у червні — вересні.

Буквиця лікарська містить гіркі і дубильні речовини (стахідрин, холін, бетоніцин), алкалоїди (0,1—0,5 %), слиз і ефірну олію (до 0,058 %).

У народній медицині надземну і підземну частини використовують як відхаркувальний (при кашлі й астмі), сечогінний, жовчогінний, легкий проносний засіб; траву — при поганому шлунковому травленні та підвищеній кислотності; листки — як проносний, болезаспокійливий засіб, при ломоті, хворобах сечового міхура, паралічі, подагрі, простудах горла і грудей. У ветеринарії молочний відвар листків дають тваринам при запаленні кишок. Порошок з сухої рослини використовують для отруєння мишей. Молоді листки вживають в їжу як вітаміни. З трави одержують буро-оливкову фарбу, яку використовують для фарбування вовни.

Розмножується насінням і вегетативно (поділом куща, відсадками, живцями). При висіві тільки-но зібраного насіння на глибину 1—1,5 см та ширині міжрядь 35—40 см сходи одержують навесні, при літній сівбі — на 12—15-й день після неї. Вперше зацвітає на третій рік життя. Плодоносить регулярно.

Залежно від величини кущ ділять на 2—4 частини і висаджують на відстані 25—30 см одна від одної; міжрядця — 30—35 см. Догляд як при насінному, так і при вегетативному розмноженні полягає в розпушенні і прополюванні міжрядь.

Збирають листки і надземну частину під час цвітіння. Сушать у добре провітрюваних приміщеннях.

Буркун лікарський (донник лекарственный)
Melilotus officinalis (L.) Pall.

Кількасот років буркун використовують для ароматизації тютюну, а ще раніше — як пряноші і лікарський засіб.

Це — дво-, рідше однорічна трав'яниста рослина з родини бобових (Fabaceae), яка має корінь з розвиненим боковим розгалуженням. Стебло 50—200 см заввишки, тверде, голе, знизу дерев'янисте, розгалужене, у верхній частині короткоопушене. Листки трійчасті, з шилоподібними цілокраїми прилистками; нижні листочки, як правило,

оберненояйцеподібні, всі інші — ланцетні або видовжено-ланцетні, пилчасто-дрібнозубчасті. Квітки зібрані у багатоквіткові грона 5—15 см завдовжки, що виходять з листкових пазух. Плід — овальний, тупий, голий, поперечно-зморшкуватий 1—2-насінний біб. Насінини овальні або широкоовальні, жовті, гладенькі або дрібногорбкуваті. Цвіте в червні — серпні, достигає — в серпні — вересні.

У надземній частині буркуну міститься ароматична речовина — кумарин (в листках — 0,86, у траві — 0,4 %), мелілотин (0,2 %), дигідрокумарин, мелілотова і кумаринова кислоти, білкові речовини, смоли, дубильні речовини та флавони.

В медичній практиці використовують для виготовлення мелілотового пластиру, який призначають при наривах. У народній медицині чай з квітів п'ють при болях у грудях, при деяких жіночих хворобах. Кумарин широко використовують у тютюновій промисловості для ароматизації махорки, нюхального тютюну та тютюну для люльок, у миловарінні — для ароматизації мила; крім того, як фіксатор при виготовленні парфум. На Кавказі та в Середній Азії листя буркуну вживають як пряноші в їжу.

Трава буркуну лікарського входить до складу буркунового пластиру. В гомеопатії призначають при мігренях, в індійській медицині — як ароматичний, пом'якшувальний і кровоспинний засіб. Рослина має антибактеріальну дію.

Буркун — добрий медонос, особливо на другий рік життя. Дикорастучий дає до 200 кг меду з 100 м^2, а культивований — значно більше.

Розмножується насінням. При весняному висіві на глибину 1—1,5 см сходи з'являються на 2—3-й тиждень. Першого року життя цвіте, але дозріває лише незначна частина плодів. На другий рік рослини починають вегетувати в квітні, цвітуть в червні — липні. Перше стигле насіння виявляють через 1,5 міс після цвітіння. Масове дозрівання плодів спостерігається в кінці серпня — на початку вересня. Плодоносить регулярно.

Догляд за плантацією полягає в розпушенні грунту, прополюванні та підживленні (0,2 т гною на 100 м^2).

Заготовляють верхівки стебел з квітками, частіше самі квітки. Сушать їх на горищах або в добре провітрюваних приміщеннях.

Валеріана лікарська (валериана лекарственная)
Valeriana officinalis L. s. l.

Про лікувальні властивості цієї рослини знали ще в Стародавньому Римі. Популярна вона була у східних

слов'ян за часів Київської Русі. В середні віки широко почали використовувати її араби.

Корінь валеріани з народної в наукову медицину переніс на початку XVII ст. італійський лікар Фібій Колумеча, який перевірив на собі його протисудорожну дію. У XVIII ст. рослину вже віднесли до числа дуже цінних лікарських засобів і використовували в усіх європейських державах. З кінця XIX ст. її почали вирощувати на невеликих ділянках, бо природні запаси не задовольняли потреб населення. Нині культивують у спеціалізованих радгоспах на великих площах.

Під назвою валеріана лікарська об'єднують кілька видів валеріани, що мають лікувальне значення (пагононосна, висока, російська, блискуча). Всі вони з родини валеріанових (Valeriianaceae).

Це — багаторічні трав'янисті рослини (30—100 см заввишки) з пучком численних тоненьких коренів, що мають сильний запах. Стебло поодиноке (рідко їх 2—3), пряме, порожнисте, борозенчасте, у верхній частині розгалужене. Листки супротивні, непарноперисті, з 3—19 парами листочків. Останні довгасті, ланцетні, яйцеподібноланцетні або лінійно-ланцетні. Квітки неправильні, зрослопелюсткові, зібрані у великі щиткоподібні волотисті суцвіття. Чашечка малопомітна, при плодах перетворюється у чубок з 5—15 перистих щетинок. Віночок 4—5 мм завдовжки, червонуватий, темно-рожевий, зрідка білий або фіолетовий, трубчасто-воронкоподібний, з п'ятилопатевим відгином. Тичинок три, маточка одна, з нижньою зав'яззю, стовпчиком і трироздільною приймочкою. Плід — гола або опушена сім'янка з чубком на верхівці.

Росте у вільшаниках, на сирих і заболочених луках, у сирих листяних та змішаних лісах. Цвіте у червні — серпні. Поширена майже по всій території УРСР.

Корені і кореневища валеріани містять 0,5—2 % ефірної олії, до складу якої входять: валеріаноборнеоловий ефір, ізовалеріанова кислота, борнеол, міртенол, каліфен, пінон, тернінеол, лімонен, сесквітерпени, спирти, борнеолові ефіри мурашиної, оцтової і масляної кислот, алкалоїди (валерин, хатенін), глікозид валерид, дубильні речовини, цукри та валеропотріати.

Препарати валеріани широко використовують як заспокійливий засіб при безсонні, нервовому збудженні, неврозах серцево-судинної системи, що перебігають із спазмами коронарних судин, при тахікардії.

Для вирощування валеріани на присадибних ділянках

найбільш сприятливі родючі чорноземи, супіщані і легкосуглинкові грунти з достатньою кількістю гумусу і в низинних місцях. Восени ділянку орють (копають) на глибину 25—27 см, навесні переорюють і перед сівбою культивують та боронують (залізними граблями).

За даними Української дослідної станції лікарських рослин, внесення під зяблеву оранку 0,4 т/100 м^2 гною значно збільшує урожай коренів цієї рослини. Вносять також мінеральні добрива з розрахунку 0,15 кг/100 м^2 азоту, 0,45 кг — фосфору і 0,3 кг — калію.

Розмножується безпосередньо висівом насіння в грунт. Сіяти залежно від умов можна в три періоди: пізно восени — під зиму, навесні і влітку. Ширина міжрядь — 45 см. Норма висіву — 0,08 кг/100 м^2 стратифікованого насіння при ранньовесняній і літній сівбі, 0,1 кг/100 м^2 сухого насіння — при пізньоосінній. Глибина загортання на легких грунтах — 2—3, на важких — 1—1,5 см.

Догляд за плантацією полягає в розпушенні міжрядь, прополюванні, підживленні та боротьбі з шкідниками і хворобами. Розпушення проводять відразу після появи сходів. У фазі утворення розетки з 3—5 справжніх листків посіви проріджують, підживлюють і ведуть боротьбу з шкідниками (обприскують 0,01 %-ним розчином актеліку). На дворічних плантаціях зривають верхні частини стебла, грунт у міжряддях в міру необхідності розпушують.

Найкращим періодом для викопування коренів валеріани вважають пізню осінь. Насіння збирають з трирічних рослин.

Викопані корені добре очищають від землі та листків, розрізають на 2—4 частини, миють, після чого розкладають шаром до 15 см для пров'ялювання під навісом і залишають на 1—2 доби. Їх слід сушити при температурі не вище 35—40 °С.

Сировину зберігають у добре провітрюваному приміщенні.

Вербена лікарська (вербена лекарственная)
Verbena officinalis L.

Здавна її вважали чудодійною. У стародавні часи служителі релігійного культу прикрашали нею вівтарі під час жертвоприношень. Грецькі воїни вірили, що вербена робить їх тіло неуразливим, відлякує ворога. У римлян цю квітку присвячували Меркурію — крилатому віснику богів. Вербеною прикрашали посланців, які йшли з мирною місією, називали їх вербоносцями.

У середні віки навколо цієї рослини створювали таємничість. Збирали її один раз на рік, у безмісячну ніч, при сяйві планет Венери або Меркурія. Вважалося, що особливу силу має вербена, викопана в певний час золотою або срібною лопатою. Її не можна було збирати, поки не випала вранішня роса і не зволожила рослини. Така вербена повинна була принести здоров'я і навіть багатство.

Вербена лікарська — багаторічна трав'яниста рослина з родини вербенових (Verbenaceae) заввишки 30—60 см. Стебло прямостояче, по гранях шорстке. Листки шорсткі, яйцеподібно-довгасті. Квітки дрібні, блідо-лілові, зібрані в довгі тонкі ниткоподібні колоски. Плід складається з чотирьох горішків. Цвіте в червні — жовтні.

Росте по всій території УРСР на вологих забур'янених місцях та узбіччях доріг.

В усіх частинах рослини міститься отруйна речовина — вербеналін. Крім того, в траві виявлено вітамін С, кумарин, дубильні речовини, органічні та інші сполуки.

У далекому минулому в нашій країні в народній медицині вербену використовували при шкірних захворюваннях, у тому числі від золотухи. Застосовують також при атеросклерозі і тромбозах.

В гомеопатії її використовують при нирковокам'яній хворобі. В індійській медицині свіжі листки призначають при лихоманці та як відволікуючий засіб.

Розмножується насінням і вегетативно. У підготовлений грунт (переораний чи скопаний на глибину 22—25 см, в який внесено 0,3 т/100 м^2 органічних добрив) насіння висівають на глибину 1—1,5 см, ширина міжрядь — 50—55 см. Сходи з'являються на 9—10-й день, масово — на початку третьої декади. В перший рік життя рослина утворює генеративні пагони заввишки 55 см. Вони цвітуть у кінці липня, достигають — у кінці вересня. Плодоносить регулярно.

Вегетативно розмножують живцями, які нарізають у липні і укорінюють під склом. Так вони перезимовують. Навесні їх можна використовувати як маточні екземпляри для живцювання.

Вовчуг польовий (стальник пашенный)
Ononis arvensis L.

Родова назва рослини походить від грецького слова «онен» — осел, бо ще Діоскорид відмітив, що осли охоче поїдають її, тимчасом як інші тварини уникають. Популярним був вовчуг у XVI ст. в Західній Європі як сечогінний засіб.

Це — багаторічна трав'яниста рослина з родини бобових (Fabaceae). Стебла висхідні, прямі, опушені. Листки трійчасті, з великими прилистками. Квітки пазушні, метеликові, рожеві, на коротких квітконіжках, на кінці стебла утворюють колосоподібні суцвіття. Цвіте в червні — липні. Запах неприємний. Плід — біб. Підземна частина складається з темно-бурого багатоголового кореневища і стрижневого, в нижній частині галузистого кореня.

Росте на луках, серед чагарників та по берегах річок у південних і східних районах європейської частини СРСР та на Алтаї.

Корені містять ізофлавоновий глікозид, солодкий глікозид не встановленої будови, тритерпеновий сапонін і трохи ефірної олії, яка осмолюється при зберіганні.

Використовують відвар коренів вовчуга і 20%-ну настойку на 70°-ному спирті як кровоспинний, проносний, сечогінний і протигеморойний засіб, а також при лікуванні подагри, епілепсії, запаленні сечового міхура і нирок, каменях у нирках. Ванни із відвару трави призначають при лікуванні екземи. Тривале вживання вовчуга зменшує ламкість капілярів.

Екстракт трави в кустарному виробництві використовувався для фарбування тканин.

Під вовчуг рекомендують відводити пухкі, багаті на гумус грунти. Восени вносять добрива: органічні — у вигляді гною або компосту (0,2 т/100 м^2), мінеральні — з розрахунку 0,6 кг/100 м^2 фосфорних і 0,3 кг калійних.

Розмножується насінням. Перед сівбою для підвищення схожості його стратифікують і перетирають з наждачним піском.

Висівають вовчуг рано навесні як тільки дозволить стан грунту. Догляд за посівами починається зразу ж після появи сходів. Тоді розпушують міжряддя. У фазі 6—8 листочків проводять букетування (якщо густота сходів понад 20 на 1 м погонної довжини). Протягом літа грунт розпушують 3—4 рази, видаляючи бур'яни.

Урожай збирають у два прийоми: спочатку скошують надземну масу, яку виносять з ділянки, після чого викопують корені на глибині до 30 см. Корені, зрізавши залишки стебел, миють у холодній воді і сушать у добре провітрюваних приміщеннях. Підв'ялені корені в суху сонячну погоду можна сушити на відкритому повітрі або на горищі.

Зберігають у сухому, добре провітрюваному приміщенні.

Гадючник шестипелюстковий
(лабазник обыкновенный)

Filipendula vulgaris Moench (F. hexapetala Gilib.)

Наукова назва гадючника утворилася від латинських слів «filim» — «нитка» і «pendula» — «висіти» і вказує на підвішені ніби на нитках кореневі бульби. З давніх-давен на Далекому Сході ці кореневі горішки використовували при різного роду шлунково-кишкових захворюваннях.

Багаторічна трав'яниста рослина (30—120 см заввишки) з родини розових (Rosaceae). Кореневище тонке, з веретеноподібними або майже кулястими бульбочками до 5 см завдовжки. Стебло одне або кілька, прямостояче, нерозгалужене, слабооблистнене. Прикореневі листки зібрані в розетку, переривчасто-перисторозсічені, мають до 20 пар видовжених, глибоко надрізаних або перисто-зубчастих бокових частинок. Стеблові листки чергові, нечисленні, з великими прилистками, зібрані в кінцеву багатоквіткову волоть. Оцвітина подвійна, шестипелюсткова, чашечка вільна, віночок білий, з вільних, зовні рожевих пелюсток. Тичинок 5—15, зав'язь верхня. Плід — складна листянка.

Росте в степах, на схилах балок і річкових долин, по сухих луках, узліссях, сухих лісових галявинах та світлих лісах. В Українській РСР зустрічається в усіх лісових районах Закарпаття та Прикарпаття (у Карпатах вище поясу лісу не піднімається). Зрідка трапляється на Поліссі, частіше — у Лісостепу, Степу, росте в Криму.

У народній медицині квіти використовували як сечогінний засіб при нирковокам'яній хворобі, траву — при укусах собак, корені в західних областях (Івано-Франківська, Львівська, Тернопільська) — проти пухлин.

У науковій медицині корені з кореневищем входять до збору Здренка. Експериментально встановлено, що препарати гадючника гальмують ріст пухлин.

Розмножується насінням і бульбами. Висіяне (краще восени, можна і рано навесні) насіння в перший рік утворює розетку, на другий — плодоносить. Бульби висаджують навесні або восени у підготовлений грунт на відстані 20 см одна від одної. За вегетаційний період його розпушують кілька разів, і вже восени можна заготовляти корені з кореневищем. З висіяного насіння корені заготовляють через рік.

Квітки, зібрані під час цвітіння, розкладають тонким шаром і сушать у затінених місцях. Корені заготовляють

у кінці вегетаційного періоду і сушать в добре провітрюваних приміщеннях.

Гірчак зміїний (горец змеиный)

Polygonum bistorta L.

Ще в 1905 р. було запропоновано використовувати кореневища гірчака зміїного як замінника ратанії, корені якої, викопані біля підніжжя Кордільєр (Південна Америка), доставлялись в країни Європи і Азії.

Гірчак зміїний — багаторічна трав'яниста рослина заввишки 40—100 см з родини гречкових (Polygonaceae). Кореневище змієподібно зігнуте, в розрізі червоно-буре, від нього відходять корені. Прикореневі листки з розрубами, всі листки загострені. Суцвіття — густий колос на вершині стебла, складається з рожевих квіток. Плід — сім'янка. Цвіте з кінця травня до середини літа.

Росте на вологих і лісових галявинах. У кореневищі містяться до 25 % дубильних речовин пірогалової групи, галова і еллагова кислоти, катехін, оксиметилантрахінони, вітамін С, крохмаль.

Препарати гірчака завдяки дубильним речовинам мають в'яжучу дію. Їх використовують зовнішньо для полоскання, всередину — при гострих і хронічних захворюваннях кишечника.

Кореневище може бути використане для фарбування тканин у чорний колір.

Трава гірчака зміїного в сіні добре поїдається тваринами. Її доцільно згодовувати домашній птиці.

Розмножується насінням і вегетативно. Насіння висівають восени на глибину 2—3 см. Сходи з'являються навесні. Весняний посів дає сходи через 3 тижні. Багаторічні рослини починають вегетацію в квітні. Цвіте в червні, плодоносить у липні — серпні. Корені заготовляють з другого року життя.

Догляд за посівами полягає в розпушенні міжрядь і видаленні бур'янів.

При вегетативному розмноженні корені висаджують у грунт на відстані 20—25 см один від одного. В цьому випадку лікарську сировину можна одержати уже в поточному році.

Кореневища заготовляють восени, миють у воді і сушать у затінених, добре провітрюваних місцях.

Глід колючий (боярышник колючий)

Crataegus oxyacantha L.

За часів імператорів Клавдія і Нерона глід був лікувальним засобом для людей з пороками серця.

Це — кущ або невелике деревце (3—7 м заввишки) з родини розових (Rosaceae), з колючими червонувато-коричневими гілками. Колючки короткі (до 2 см завдовжки), гострі, міцні. Листки чергові, глибокороздільні, обернено-яйцеподібні, зверху темно-зелені, блискучі, зісподу світліші, з восковим нальотом, лопаті їх надрізано-пилчасті. Суцвіття щиткоподібні, з 3—5 гілочок, які містять по 10—18 квіток. Оцвітина подвійна, роздільнопелюсткова, п'ятичленна, чашолистки трикутно- або широкоовальні, відігнуті донизу. Віночок білий (до 15 мм у діаметрі), тичинок багато, маточка одна, стовпчик один, прямий, зав'язь напівнижня. Плід — видовжено-яйцеподібний, рідше кулястий, 8—10 мм завдовжки, червоний, коричнево-червоний або жовтуватий, з однією кісточкою й солодкуватим м'якушем.

Росте в підліску змішаних та листяних лісів, частіше на узліссях, лісових галявинах, схилах річкових берегів і балок, у байрачних лісах.

Цвіте у травні, плоди достигають у вересні — жовтні.

Поширений по всій Україні. Широко культивується як декоративний кущ.

Лікарською сировиною є плоди і квітки глоду. В плодах міститься урсолова, олеїнова, хлорогенова і кавова кислоти, гіперозид, дубильні речовини, сорбіт, холін, ацетилхолін, жирна олія та ситостерин; у квітках — кавова і хлорогенова кислоти, гіперозид, кверцетин, ацетилхолін, холін й триметиламін.

Препарати глоду (спиртова настойка квіток, рідкий екстракт плодів) використовують як кардіотонічний засіб при функціональних розладах серцевої діяльності, серцевій недостатності, ангіоневрозах, початкових формах гіпертонічної хвороби, безсонні у серцевих хворих та гіпертиреозі з тахікардією. Рідкий екстракт плодів глоду входить до складу кардіовалену.

У народній медицині плоди використовують при різних хворобах серця, гіпертонії, головних болях, квітки — при серцевих хворобах, нервових збудженнях, запамороченнях голови.

Глід часто використовують для створення живоплотів і як підщепу при розведенні груш, яблунь, слив. Не рекомендується висаджувати глід поблизу фруктових садів, оскільки він уражується тими ж шкідниками, що й культурні плодові породи.

Розмножується живцями і насінням. При весняній сівбі останнє стратифікують при температурі 0—5 °С про-

тягом трьох місяців, а потім висівають у грунт; ширина міжрядь — 30—35 см. Протягом перших двох років життя росте в розсаднику, після чого рослини висаджують на постійне місце як поодиноко, так і групами.

Квітки глоду збирають на початку цвітіння, зриваючи або зрізуючи секаторами. Сушать швидко, розстилаючи тонким шаром на тканині або папері на горищах під залізним дахом.

Плоди збирають восени, обриваючи руками. Сушать у печах або сушарках при температурі 50—60 °С, розстилаючи тонким шаром.

Горицвіт весняний (адонис весенний)
Adonis vernalis L.

Наукова назва роду запозичена з грецької міфології. Адоніс був юнаком надзвичайної краси, якого дуже любила Афродіта. Та під час одного полювання він загинув від ран, заподіяних диким кабаном. Афродіта була у відчаї, і на її вимогу з краплини крові юнака зросли квіти адоніса.

Коли навесні ця рослина зацвітає, здається, що трав'янисті пагорби загоряються золотистим сяйвом. Саме тому її й назвали горицвітом.

В Європі давно оцінили високі декоративні властивості горицвіту. Його ввели в культуру ще в XVI ст.

Крім того, горицвіт — дуже цінна лікарська рослина. На Чернігівщині її з давніх-давен використовували проти водянки. На горицвіт звернув увагу лікар М. О. Бубнов. У 1880 р. він в лабораторії при клініці С. П. Боткіна під керівництвом І. П. Павлова дав наукове визначення цій рослині.

Горицвіт весняний — багаторічна трав'яниста рослина з родини жовтецевих (Ranunculaceae), 50—60 см заввишки, з темно-бурим, дещо галузистим коренем, з якого виростають кілька стебел, деякі з них не квітконосні. Стебла біля основи вкриті бурими листочками у вигляді луски. Стеблові листки чергові, напівоголені, сидячі, п'ятипальчастороздільні: дві нижні ділянки коротші, перисті, верхні — три-, двоперисті, частки їх вузькі, лінійні, голі, цілі. Квітки яскраво-жовті, великі (до 6 см у діаметрі), одинцем вінчають квітконосні стебла та їх відгалуження, зісподу буруваті. Чашечка пухнаста, у віночку 15—20 довгастих, зубчастих пелюсток. Плід — кулястий багатогорішок. Цвіте з ранньої весни до половини травня.

Росте в Степу і Лісостепу, трапляється в середній смузі європейської частини СРСР, на заході України, дуже рідко в Криму.

Основними діючими речовинами трави горицвіту весняного є: адонітоксин, цимарин, сапоніни, адомідозид, адонідолова кислота та ін.

Горицвіт — один з найефективніших серцевих засобів. Його препарати не мають кумулятивної дії і цим вигідно відрізняються від препаратів наперстянки. Використовують в основному як засіб, який регулює і стимулює серцеву діяльність, заспокоює центральну нервову систему, при неврозах серця, алкогольних психозах тощо.

Вирощувати цю рослину краще за все на низинних високородючих грунтах з нейтральною реакцією. Найбільш продуктивний горицвіт на 6—7-му році життя.

Перед сівбою грунт орють на глибину 22—25 см; за 10—15 днів до сівби (посадки кореневищ) ділянку культивують і маркують. Під оранку вносять органічні (0,6 т/100 м^2 гною) і мінеральні (5 кг/100 м^2 фосфорних, по 1 кг азотних і калійних, а на кислих грунтах — ще 50 кг/100 м^2 вапна) добрива.

Розмножується насінням або вегетативно. Свіжозібране насіння висівають у червні — липні з таким розрахунком, щоб до зими сходи мали хоча б один листок. На першому році життя у рослини розвивається 1—2 листки, на другий рік — до трьох. Висаджують у грунт тільки на 3—4-му році життя. Цвісти і плодоносити починають на 3—6-й рік.

При розмноженні кореневищем його розрізують вздовж на 2—3 частини, які висаджують у вересні або рано навесні по одній в гніздо на глибину 20—22 см. Відстань між гніздами в рядах — 30 см.

Догляд за посівами полягає в розпушенні (4—5 разів протягом літа) міжрядь, прополюванні (2—3 рази) та підживленні добривами.

Траву збирають на 3—4-й рік життя рослини під час цвітіння — плодоношення. При цьому зрізують верхню трав'янисту частину. Зібрану сировину сушать в сушарках, на горищі або на відкритому місці у затінку. Зберігають у добре провітрюваних приміщеннях, куди не досягають сонячні промені.

Горобина звичайна (рябина обыкновенная)
Sorbus aucuparia L.

Осінньої пори серед моря барв яскраво вимальовуються грона оранжево-полум'яних плодів горобини. Популярність її зумовлена красою дерева з круглою кроною і пірчастим листям. Горобина оспівується в піснях багатьох народів нашої країни.

Невисоке дерево або кущ з родини розових (Rosaceae) з гладенькою сірою корою та густою кроною. Молоді гілочки сірувато-червоні, опушені, з великими пухнастими бруньками. Листки опушені (10—20 см завдовжки), чергові, непарноперисті, складаються з 9—15 ланцетних або довгастих, загострених, зубчастих по краю листочків. Квітки численні, зібрані в складні щиткоподібні суцвіття, всі частини яких опушені. Квітколоже урноподібної форми, шерстисто-повстисте або голе; чашечка з п'ятьма широкотрикутними війчастими чашолистками. Віночок білий (0,8—1,5 см у діаметрі), пелюсток — 5, тичинок багато, маточка одна, стовпчиків — 3, зав'язь нижня. Плід — кулястий, оранжево-червоний.

У дикому стані росте в підліску або другому ярусі хвойних, змішаних, зрідка листяних лісів, на лісових галявинах, при дорогах, по берегах річок і озер.

Плоди містять каротин (до 18 мг%), вітаміни С (до 200 мг%) і Р, сорбозу; спирти (сорбіт та ідит), органічні кислоти, гіркі дубильні речовини, флавоноїди (ізокверцитин, кверцитин, спіреозид, рутин і ператин), глікозид карасорбузид, галову і протокатенову кислоти, епікатехін тощо.

Використовують як профілактичний засіб при цинзі та інших авітамінозах, для виготовлення вітамінного сиропу. Крім того, плоди входять до складу вітамінних зборів.

Рекомендується вирощувати у групових і поодиноких насадженнях, у парках, садах або біля осель.

Розмножується насінням. При весняній сівбі його стратифікують при температурі 0—5 °С протягом 3—4 міс. Висівають у заздалегідь підготовлений грунт з міжряддями 30—40 см. Після дворічного догляду висаджують на постійне місце. Росте швидко. Плодоносить на 4—5-й рік життя. При доброму освітленні і догляді доросле дерево дає 1—2 ц плодів.

Лікарську сировину заготовляють восени до морозів і сушать у печах або сушарках. Плоди можна використовувати й сирими. Протягом зими їх зберігають у холодному приміщенні чи замороженими.

Горобина чорноплідна (рябина черноплодная)

Aronia melanocarpa (Mich.) Elliot.

Походить з Північної Америки, де її культивували задовго до появи білої людини. Індійці племен дакота і делавари соком плодів лікували опіки шкіри, з них виготовляли борошно.

Незважаючи на те, що про існування горобини чорноплідної в Росії знали ще в кінці XIX ст., в культуру її не вводили. Першим нею зацікавився І. В. Мічурін. У 1935 р. він передав живці цієї рослини на Алтайську дослідну станцію садівництва, де її почали вивчати. За останні десятиріччя горобина чорноплідна стала популярною в різних куточках нашої країни. Її культивують на промислових ділянках і поодиноко садівники-любителі.

Горобина чорноплідна — це кущ (2—2,5 м заввишки) з родини розових (Rosaceae). Листки прості, цілокраї, черешки короткі з широкими пластинками. Плід опушений, у фазі повної стиглості голий, округлої форми, чорного кольору з сизим нальотом (до 12 мм в діаметрі).

Плоди містять цукру (від 6,2 до 10,8 % маси), серед яких виявлено сахарозу, глюкозу і фруктозу, органічні кислоти, дубильні речовини (0,35—0,6 %), вітаміни С, РР, B_2, Е, каротин, флавоноїди, мікроелементи (молібден, марганець, мідь, бор, йод, магній, залізо).

У медичній практиці плоди і сік горобини застосовують при гіпертонії, кровотечах різного походження, атеросклерозі і анацидних гастритах. Сік горобини може бути використаний при опіках.

Завдяки наявності вітаміну Р плоди корисні для підтримання нормального стану стінок кровоносних судин. Крім того, вітамін Р сприяє кращому засвоєнню вітаміну С.

З плодів горобини чорноплідної одержано також біологічно активний барвник, який використовують у кондитерській промисловості замість синтетичних. Плоди використовують також для виготовлення варення, компотів, киселів, джемів, натуральних соків, вин, безалкогольних напоїв.

Горобина чорноплідна — красивий декоративний кущ, особливо восени, коли листя стає світло-пурпуровим, а плоди — чорними.

Для вирощування кращими вважаються супіщані і середньосуглинкові грунти. На молодих плантаціях (до 6—8-річного віку) необхідно запобігати появі бур'янів. Грунт розпушують на глибину 12—15 см двічі на рік — восени і навесні.

Основним добривом є торфофекальний компост (0,4 т/100 $м^2$ кожні два роки). Восени вносять фосфорно-калійні добрива. Це створює оптимальні умови для закладання плодових бруньок під урожай наступного року.

Розмножується вегетативно (кореневими паростками, відсадками, поділом куща і щепленням у крону звичайної

горобини). Крім того, можна вирощувати розсаду для одержання саджанців, які в дворічному віці пересаджують на плантацію. Урожайність чорноплідної горобини досягає 120 ц/га.

Оскільки плоди горобини дозрівають одночасно і їх охоче поїдають птахи, заготівлю проводять одноразово, якомога швидше.

Плоди для тривалого зберігання вкривають щитками, можна заморожувати в спеціальних холодильниках. Після відтавання вони приємніші на смак, ніж свіжі.

Грицики звичайні (пастушья сумка)
Capsella bursa-pastoris (L.) Medik.

З лікувальною метою насіння грициків використовували вже лікарі Стародавньої Греції і Риму. В середні віки в усіх країнах Європи застосовувалися як кровоспинний засіб. Пізніше грицики забули. Вдруге ними зацікавились під час першої світової війни. Причиною послужила нестача кровоспинних засобів: маткових ріжків і канадського жовтокореня.

Грицики звичайні — однорічна трав'яниста рослина з родини хрестоцвітих [Brassicaceae (Cruciferae)]. Стебло темно-зелене, просте або галузисте, заввишки 20—40 см, з прикореневою розеткою, дрібними стебловими листками і верхівковою китицею непоказних квіток. Плоди дуже характерні — обернено-трикутно-серцеподібні стручечки.

Росте повсюдно як бур'ян на полях, серед посівів, на городах та засмічених місцях.

Хімічний склад трави вивчено недостатньо. Виявлено речовини, які містять сірку, роданід, холін, ацетилхолін, тирамін, органічні кислоти, дубильні речовини, глікозид діосмін; алкалоїди, сапоніни, мікроелементи, вітаміни С і К. Листки містять вітаміни С, К, D і B_2, каротин, лимонну та яблучну кислоти, солі кальцію і фосфору, дубильні речовини. З них готують салати.

У науковій медицині використовують надземну частину, яку рекомендують проти різноманітних кровотеч (легеневих, ниркових, носових, шлунково-кишкових і маткових). Препарати грициків посилюють перистальтику кишечника, рекомендуються при простудах, хворобах печінки і нирок, сечового міхура, при порушенні обміну речовин, ревматизмі.

У народній медицині грицики використовують як кровоспинний засіб, при блюванні у вагітних жінок, гіпертонічній хворобі, катарі та виразках шлунка, запаленнях і піску в сечовому міхурі, простуді, геморої, жовчних каме-

нях, нетриманні сечі, дизентерії. Сік із свіжої рослини п'ють при ревматизмі та поносах. Зовнішньо — для промивання ран і компресів. У ветеринарній практиці — при кривавих поносах у великої рогатої худоби.

За один вегетаційний період грицики можуть дати 2—3 (4) покоління, які утворюють до 70 тис. дуже дрібних насінин, що проростають після певного спокою. Дуже добре розмножуються. Насіння висівають рано навесні з міжряддями 20 см. Кілька разів за вегетаційний період проводять розпушення і прополювання.

Траву збирають під час цвітіння і сушать на відкритому повітрі.

Деревій звичайний (тысячелистник обыкновенный) Achillea millefolium L.

Щодо походження латинської назви рослини існує кілька думок. Найбільш поширене твердження, що назва дана за іменем Ахілла, який, згідно з грецькою міфологією, був учнем Кентавра і вперше використав цю рослину для лікування ран. Вилікувавши деревієм Телефуса від рани, завданої мечем, Ахілл довів цілющу силу цієї трави. За іншою версією, наукова назва рослини походить від грецького «ахілос» — «рясний корм» або «ахілон» — «тисяча», що пов'язано з розсіченістю листя.

З лікувальною метою деревій використовували кілька тисячоліть тому, спочатку лікарі стародавньої Еллади й Риму, а згодом Західної Європи і Русі. Зокрема, з літописів відомо, що внука Дмитрія Донського, який був знесилений від носових кровотеч, вилікували соком деревію.

Багаторічна рослина 40—100 см заввишки з родини складноцвітих [Asteraceae (Compositae)]. Стебло пряме, ребристе, нерозгалужене, сірувате, рідковолосисте. Листки довгасті або ланцетні, перисторозсічені, з численними супротивними або кососупротивними частками, надрізаними на лінійні або ланцетні гострі часточки. Квітки в дрібних кошиках зібрані в густе верхівкове щитоподібно-волотисте суцвіття. Кошики (5—7 мм завдовжки, 3—5 мм завширшки) яйцеподібні, рідше кулясті. Листочки обгортки черешкові, зелені, з бурим або білувато-перетинчастим краєм. Крайові квітки в кошиках язичкові, з коротким округлим відгином, білі або рожеві, середні — трубчасті, двостатеві. Тичинок п'ять, зрослих з пиляками, маточка одна, з нижньою зав'яззю, довгим стовпчиком і дволопатевою приймочкою. Плід — сплющена, сіра, дрібноборозенчаста, довгаста сім'янка (до 2 мм завдовжки) без чубка або коронки.

Росте на луках, полях, лісових галявинах, узліссях, схилах, серед чагарників, поблизу доріг, на городах. Поширений всюди, за винятком Крайньої Півночі, Сибіру і пустель.

Листки містять вітамін К (0,05 %), метилбетаїн (0,05 %), ефірну олію (близько 0,8 %), мурашину, оцтову та ізовалеріанову кислоти, складні ефіри і спирти. Із суцвіть виділено сесквітерпенові лактони.

У науковій медицині верхівки квітучих рослин використовують при хворобах кишково-шлункового тракту, зовнішніх кровотечах, запальних процесах матки, порушенні обміну речовин, погіршенні апетиту і як протиконвульсійний засіб.

У народній медицині деревій вважається кровоспинним і потогінним засобом, застосовується при туберкульозі легень, виразках і катарі шлунка, нирковокам'яній хворобі, малярії, поносі, геморої, жіночих хворобах, нічному нетриманні сечі, хворобах печінки, недокрів'ї, головних болях, простуді, нервових хворобах і гіпертонії. Суцвіття застосовують при грижі. Ефірна олія деревію використовується у виноробстві й парфюмерії.

Концентрований настій трави — ефективний засіб боротьби з попелицями, трипсами, щитівками, павутинним кліщем тощо.

Розмножується поділом коренів і насінням. У підготовлений грунт навесні або восени на відстані 20—25 см один від одного висаджують заздалегідь викопані і поділені на чотири частини корені. Ширина міжрядь — 30—35 см. Догляд за посівами полягає у прополюванні та розпушенні грунту. При необхідності його поливають.

Насіння висівають одразу ж після його збирання. Сходи з'являються навесні наступного року. Догляд такий самий, як і при вегетаційному розмноженні. Якщо посіви загущені, восени їх проріджують.

Траву, листя і квітки збирають у фазі цвітіння — в червні — жовтні. При цьому траву зрізують заввишки до 20 см (від верхівки рослини), товсті стебла видаляють. Сировину сушать у добре провітрюваних приміщеннях, розклавши тонким шаром.

Дерен справжній (кизил)
Cornus mas L.

Відомий з давніх-давен. Так, при розкопках у Криму стародавнього міста Херсонеса, що існувало в V ст. до н. е., було знайдено кісточки дерену.

Не випадково, враховуючи твердість деревини, дереновим списом Гомер озброїв Одіссея у своїй знаменитій поемі. Таку зброю мав міфічний засновник Рима Ромул, який, за легендою, встромив його на Палантинському горбі, і спис проріс квітучим кизиловим деревом.

Цікавий свідок бронзового віку — бронзовий меч — зберігається в грузинському історичному музеї. Рукоятка в нього деренова. Навіть деталі перших годинників виготовляли в давнину з цієї напрочуд міцної деревини. Один такий годинник експонується в музеї міста Нюрнберга.

Цінували дерен і як лікувальний засіб. Гіппократ, наприклад, писав, що з його листя можна приготувати відвар, який позитивно впливає на шлункові хвороби, а Овідій на початку нашої ери у поемі «Золотий вік» написав, як варити кизилове варення.

Дерен справжній — високий (2—5 м) кущ або невелике деревце з округлою кроною з родини деренових (Cornaceae). Молоді пагони зеленувато-сірі, а старі вкриті сірою тріщинуватою корою. Листки супротивні, від яйцеподібних до ланцетних (6—10 см завдовжки), зелені, цілокраї, сидять на коротких черешках, вкритих, як і пластинка, притиснутими волосками. Квітки дрібні (до 10 мм у діаметрі), золотисто-жовті, зібрані в зонтикоподібні суцвіття. Плід — темно-червона (жовта або рожева) соковита кістянка (10—20 мм завдовжки), овальна або грушоподібна. Кісточка тверда, веретеноподібна, майже гладенька.

Трапляється в підліску листяних і змішаних лісів.

Плоди мають приємний кисло-солодкий смак. Свіжі вживають в їжу або вони ідуть на переробку. Застосовують у різних галузях харчової промисловості: для виготовлення соків, сиропів, екстрактів (які характеризуються своєрідним смаком і ароматом), варення, джемів, мармеладу, начинки для цукерок, зефіру, пастили. На Кавказі з кизилу готують лаваш, який є добрим протицинготним і дієтичним засобом. Свіжі й висушені плоди використовують як приправу до м'ясних та рибних страв.

Високі смакові якості кизилу зумовлені наявністю в них цукрів (8—9 %), яблучної, лимонної та янтарної кислот (2—2,5 %), дубильних і пектинових речовин, ефірних олій, вітаміну С (близько 55 мг%). Кісточки кизилу містять олію (до 31 %). У прожареному вигляді їх використовують як сурогат кави, а листки — як сурогат чаю.

У народній медицині кизил використовують для підвищення апетиту, як протигарячковий засіб, сухі плоди —

при шлунково-кишкових і простудних захворюваннях. У гомеопатії застосовують есенцію з свіжої кори.

Останнім часом тривалою селекцією виведено чимало культурних сортів, які відрізняються від інших великими плодами, високою вітамінністю, скороспілістю.

Розмножують насінням і вегетативно (живцями, кореневими паростками, відсадками та поділом куща). Насіння висівають після 2—3-місячної стратифікації з міжряддями 30—40 см. Перші два роки посіви прополюють, грунт розпушують. Восени рослини висаджують на постійне місце як поодиноко, так і групами.

Поділ куща, як правило, здійснюють при пересаджуванні. Плоди заготовляють восени.

Дріоптерис чоловічий

(папоротник мужской, щитовник мужской)

Dryopteris filix-mas (L.) Schott.

Хто не знає легенди про чарівний цвіт папороті, який ніби дає щастя тому, хто його знайде? Нині всім відомо, що лісова папороть ніколи не цвіте, оскільки належить до класу вищих спорових рослин.

Папороть — не тільки декоративна, а й лікарська рослина. Уже стародавні греки використовували її кореневище проти стрічкових глистів.

Дріоптерис чоловічий — багаторічна трав'яниста рослина (50—100 см заввишки) з родини щитникових (Dryopteridaceae), має горизонтальне або косе товсте і коротке кореневище, на якому щільно розміщені залишки черешків, суцільно вкриті бурими плівчастими лусочками. Надземного стебла немає. Листки великі (50—100 см), зібрані біля кореневища у вигляді пучка, що лійкоподібно розходиться. Черешки товсті, еластичні, разом з головною жилкою густо вкриті великими ланцетними рудуватими лусочками. Пластини листків довгасто-овальні, двоперисті, частки першого порядку лінійно-ланцетні, на коротких черешках, глибокоперисторозсічені, з довгастими, тупими на верхівці, косозубчастими частками другого порядку. Купки спорангіїв (сосури) завжди з помітними покривальцями, що довго зберігаються. Вони зближені, але не зливаються, розташовані в два ряди по боках середньої жилки. Спори ниркоподібні.

Росте в лісах і на узліссі. Поширена майже по всій території Української РСР.

Містить флороглюцини — аспідинон, флораспін, албаспідин, філікову і флаваспідинову кислоти, жирну олію, небагато ефірної олії, гіркі речовини, крохмаль.

У науковій і народній медицині дріоптерис використовують як глистогінний засіб. Оскільки кореневище отруйне, його можна використовувати тільки під наглядом лікаря.

Папороть чоловіча — досить декоративна рослина. Рекомендується для насаджень уздовж берегів водойм, на вогких місцях у садах, парках і лісонасадженнях. Розмножують вегетативно — коренями.

Заготовляють кореневища у вересні — жовтні. Великі розрізують на чотири частини, короткі — тільки впоперек. Спочатку пров'ялюють, а потім сушать на печах або в сушарках при температурі не вище 40 °С. Зберігають у сухих і добре провітрюваних приміщеннях.

Дягель лікарський (дягиль лекарственный)
Angelica archangelica L..
(Archangelica officinalis L.)

Перша згадка про дягель як прянощ і лікувальний засіб відноситься до XV ст. За рукописними даними, у XVII ст. східні слов'яни використовували корінь дягелю при лікуванні пухлин і для боротьби з інфекційними хворобами.

Це — дворічна трав'яниста рослина з родини зонтичних (Apiaceae). Стебло товсте, порожнисте, округле, гіллясте, заввишки до 2 м, часто червонувате, особливо у верхній частині. Листки (до 80 см завдовжки) зверху яскраво-зелені, знизу сіруваті, тонкі, м'які, з великими здутими піхвами, перисторозсічені, з великими яйцеподібними, гострозубчастими листочками, іноді біля основи серцеподібними. Прикореневі листки довгочерешкові, верхні — сидячі. Суцвіття 10—17 см у діаметрі, зонтик без обгортки або з 1—2 листочками і численними опушеними променями. Зонтички мають багатолисті обгортки. Квітки дрібні, правильні, зубці чашечки малопомітні. Віночок п'ятичленний, пелюстки зеленувато-білі, еліптичні, із загнутою верхівкою, майже без виїмки. Тичинок 5, маточка одна з нижньою зав'яззю і двома стовпчиками. Плід — двосім'янка завдовжки 5—6 мм. Сім'янки овальні, стиснуті із спинки, з майже рівними крайовими ребрами.

Росте в сирих листяних і змішаних лісах, поблизу водойм, на лісових луках. Цвіте у червні — вересні.

Підземні органи містять ефірну олію, в якій є альфа-пінен, альфа-феландрен і борнеол; дубильні речовини, валеріанову, ангелікову, яблучну і оцтову кислоти, а також численні кумарини. В листках і квітках міститься флавоноїд діосмін, а в плодах — кумарини.

Корені і кореневище використовують при шлунково-кишкових захворюваннях, для посилення секреторної і мо-

торної функцій кишечника та зниження бродильних процесів, як сечогінне. Вони входять до складу сечогінного збору. Крім того, призначають при виснаженні нервової системи, гострій і хронічній невралгії, ревматизмі й артриті. Ефірну олію використовують у парфюмерії.

Розмножується насінням, яке стратифікують протягом 80—90 днів. Висіяне в підготовлений грунт з міжряддями не менше 1 м, воно дає сходи на 5—7-й день після сівби. При осінньому висіві сходи з'являються в кінці квітня. В перший рік життя рослина утворює розетку до 50 см в діаметрі. Листки до кінця вегетаційного періоду досягають 40 см довжини. Деякі рослини цвітуть і плодоносять на другий рік. У більшості з них життєвий цикл триває 3—5 років і більше. Щороку за вегетаційний період рослина утворює розетку з 10—11 листків. Найбільш великі з них 80—100 см завдовжки. На другий і наступні роки ріст рослини відновлюється зразу після танення снігу. Цвіте в червні, плодоносить у серпні — вересні.

У вегетаційний період необхідно старанно доглядати посіви — розпушувати і прополювати міжряддя.

Плоди заготовляють у серпні — вересні. Кореневище разом з коренями великих дворічних рослин — навесні чи восени. Сушать під накриттям на горищах або в інших добре провітрюваних приміщеннях.

Елеутерокок колючий (элеутерококк колючий)
Eleutherococcus senticosus Maxim.

На Далекому Сході нашої країни значно поширений елеутерокок колючий. Слава про нього дійшла до західної півкулі, де діловиті американці називають його тепер сибірським женьшенем. На гілках елеутерокока дуже багато шипів. Звідси і назви: чортів кущ, їжакове дерево, дикий перець.

Це — красивий, але дуже колючий кущ з родини аралієвих (Araliaceae) заввишки 2—3 м (рідше 5—6 м) з кількома стеблами. Коренева система розміщена горизонтально, переважно у верхній частині грунту. Кора стебел світло-бура, на молодих пагонах жовтувато-бура. Листки п'ятипальчасті, складні, опушені, довгочерешкові, з двоякозубчастими краями. Квітки дрібні, на довгих квітконіжках, зібрані в кулькоподібні зонтики, одно- і двостатеві. Плоди чорні ягодоподібні. Насіння сплюснуте з боків, нагадує місяць. Цвіте в липні — серпні, плоди дозрівають у вересні.

У природних умовах росте в кедрово-широколистяних, в темнохвойних лісах, в основному в районах Приморського і Хабаровського країв.

Елеутерокок містить глікозидну фракцію, алкалоїди, ефірну олію, глюкозу, сахарозу, суміш барвників, натрій (2,4 мг%), кальцій (12—16 мг%), калій (179 мг%) і загальний фосфор (27 мг%). Препарати елеутерокока стимулюють фізичну і розумову працездатність, збуджують центральну нервову систему, підвищують рухову активність, знижують вміст цукру в крові і артеріальний тиск, підсилюють гостроту зору, поліпшують слух, регулюють основний обмін, нормалізують сон. Загальний стан організму поліпшується, підвищується опірність його негативним факторам навколишнього середовища (перегрівання, переохолодження, простудні захворювання, кисневе голодування тощо).

Розмножують насінням і вегетативно (відсадками, живцями, поділом куща).

У перекопану на глибину 22—25 см ділянку висівають насіння з міжряддями 60—80 см. Протягом двох років ведуть догляд (прополюють, розпушують, поливають) і в кінці вегетації висаджують рослини на постійне місце.

Заготовляють корені восени (вересень — жовтень) або навесні (квітень — травень), листя — під час цвітіння. Корені викопують, очищають від землі і миють у холодній воді. Сушать на горищі або при температурі 70—80 °С. Після сушіння корені подрібнюють на шматки завдовжки 50 см.

Женьшень звичайний (женьшень обыкновенный)
Panax ginseng C. A. Mey.

Використовується і цінується з незапам'ятних часів не тільки в Китаї, а й в інших країнах Південно-Східної Азії. Природа створила корінь цієї рослини схожим на людину. Через це і названо його «женьшень», що в перекладі з китайської означає «людина-корінь».

Це — багаторічна трав'яниста рослина з родини аралієвих (Araliaceae), яка досягає віку 100 років і більше. Стебло прямостояче, 30—70 см заввишки, на верхівці несе кільце з довгочерешкових, до основи пальчасто-п'ятироздільних листків. Середня частина довша за інші, а дві нижні бокові — коротші. Частки листка оберненоовальні, на кінці загострені, біля основи клиновидні, по краях нерівномірнопилчасті. Всі листки розвиваються з середньої точки на вершині стебла, їх пластинки розміщуються в одній горизонтальній площині. З центра листкового кільця виходить тонка квітконосна стрілка від 2—3 до 50 дрібних непоказних двостатевих квіток. Квітки зеленувато-білі, чашолистки і пелюстки у них зелені, а тичинки — з великими білими пиляками. Насіння плоске, в кам'янистій

внутрішній оболонці. Яскраво-червоні ягоди зібрані в щільну, майже кулясту грушу і різко виділяються серед листя.

Підземна частина рослини складається з циліндричного довгастого м'ясистого кореня, з поверхні кільцеподібно зморшкуватого, жовтуватого. На кінці корінь галузиться, даючи 2—4, рідше 6 паростків, які в свою чергу утворюють дрібні мички. У верхній частині від кореня також відходять від 1 до 3 бокових паростків. Корінь вгорі переходить у вертикальне кореневище, що подовжується з віком. Поверхня його вкрита рубцями — слідами стебел минулих років і кількома дрібними сплячими брунь-ками. Верхній кінець потовщений. На ньому закладається велика зимуюча брунька, з якої навесні розвивається пагін. Якщо зимуюча брунька пошкоджена, пагін не розвивається і рослина іноді протягом кількох років може перебувати в стані спокою. За цей час внаслідок пробудження однієї із сплячих бруньок розвивається нова зимуюча брунька. За сприятливих умов спляча брунька може пробудитись і при наявності зимуючої — тоді виростають додаткові надземні пагони. В кінці вересня або на початку жовтня надземна частина відмирає, а навесні (в травні) виростає знову.

Женьшень розвивається повільно. Насіння його проростає тільки через 22 міс. Молоді рослини звичайно мають тільки один трироздільний листок на тонкому, 4—6 см завишки стеблі. З віком листкова пластинка ускладнюється і, як і стебло, збільшується. Найчастіше доросла рослина утворює кільце з 3—4 (5—6) листків. Корені також ростуть повільно. Великі, добре розвинуті екземпляри масою до 300—400 г одержують від рослини віком понад 100 років, і зустрічаються вони дуже рідко. Частіше корені важать від 10 до 30—40 г.

У дикому стані поширений у Хабаровському і Приморському краях, де зустрічається на гірських схилах під покривом кедрово- і ялицево-широколистяних лісів.

Хімічний склад остаточно не встановлений. Основною діючою речовиною вважають комплекс глікозидів, але жоден з них досі детально не вивчений. Є вказівки на наявність в ньому сапоніну стероїдної будови. Крім того, виявлено жирну олію, пектинові речовини, цукор, крохмаль, ефірну олію панацен, вітаміни B_1 і B_2. Для женьшеня характерний значний вміст фосфатів у золі, а також сполук сірки і мікроелементів (калій, кальцій, магній, натрій, залізо, алюміній, кремній, барій, марганець тощо).

Препарати з женьшеня стимулюють діяльність центральної нервової і ендокринної систем, є тонізуючим засобом. Клінічні дослідження підтвердили можливість їх застосування при перевтомі, захворюваннях нервової системи та деяких інших патологічних станах.

У культурі женьшень рекомендується вирощувати на некрутих схилах під покривом лісу або на відкритих ділянках. Найбільш сприятливі для цього сухі широколистяні ліси, в яких зустрічаються хвойні дерева і папороть. Грунти — бурі лісові, добре дреновані, із значним шаром гумусу.

Спочатку вирощують розсаду. Під розсадник відводять ділянку на високородючих супіщаних або суглинкових грунтах, чистих від бур'янів, не заражених шкідниками і хворобами, яка не затоплюється і добре захищена від вітру. Насіння висівають на відстані 2 см одне від одного на глибину до 4 см; ширина міжрядь — 10 см. За тиждень до появи сходів грядку затінюють. Для цього виготовляють спеціальні каркаси, на які кладуть щити або трав'яні мати завдовжки 1,5 і завширшки 1 м.

Щоб насіння в рік сівби проросло, його необхідно стратифікувати. Стратифікацію проводять у два етапи. Перший (теплий) — у приміщенні при температурі 18—20 °С. На другому (холодному) етапі насіння тримають до сівби в помірно вологому стані. Після такої обробки воно дає сходи протягом 1 міс.

Найкращим строком для садіння коренів є вересень — жовтень, тобто кінець вегетації. За тиждень до їх викопування затінення знімають. Корені висаджують у грядки, промарковані 20×20 см. Догляд за посівами полягає у видаленні листя. За 8—10 днів до початку вегетації розставляють щити для затінення.

Товарну цінність мають 5—6-річні корені, які викопують у вересні — жовтні (після відмирання надземної частини рослин). Оскільки корені женьшеня дуже швидко гниють, зразу ж після викопування їх миють і сушать, розсортувавши на великі, середні та дрібні, після чого обробляють парою при температурі 80 °С. При цьому великі витримують протягом 1 год 50 хв, середні — 1 год 20 хв, дрібні — 1 год. Потім корені розкладають тонким шаром і витримують при температурі 50—60 °С до повітряносухого стану.

Живокіст лікарський (окопник лекарственный)
Symphytum officinale L.

В античні часи корені цієї рослини використовували при лікуванні переломів кісток для кращого їх зростання.

Багаторічна трав'яниста рослина заввишки 30—100 см з родини шорстколистих (Boraginaceae). Стебло крилате, товсте, пряме, шорстке. Нижні листки великі, звужені у крилатий черешок, верхні — сидячі. Квітки спочатку рожевувато-лілові, потім фіолетові і в кінці цвітіння — синьобузкові, що зумовлено зміною реакції клітинного соку та властивостями барвника антоціану: із зміною середовища від кислого до лужного він, наче лакмусовий папірець, змінює забарвлення з червоного на синій. Плід — горішок. Цвіте в червні — серпні. Росте на вологих луках, по берегах озер, боліт, річок, струмків, подекуди вздовж канав, по краях полів, узбіччях доріг, на дні балок.

Корені та кореневища містять значну кількість органічно зв'язаного кальцію (що й сприяє інтенсивному відновленню кісткової тканини), алкалоїди лазіокарпін і циноглосин, алантоїн, дигалову і галову кислоти, дубильні речовини, аспарагін, вітамін С, крохмаль, слиз, мікроелементи та інші сполуки.

У народній практиці живокіст використовують при переломах кісток, як обволікуючий засіб при всіх видах запалення слизової оболонки, особливо грудних. Призначають його і при чиряках, виразках та наривах.

Живокіст — одна з найдавніших городніх рослин. Його культивували заради молодої зелені і пагонів. Молоді стебла, очищені від шкірки, використовували як спаржу для приготування пюре, супів, вінегретів, а молоді листки — замість шпинату для приготування салатів тощо. Згодом, з появою більш зручних у культурі салатних рослин, живокіст перестали культивувати. Оскільки рослина має певні отруйні властивості, вживати її необхідно з обережністю.

Розмножується насінням і вегетативно (коренями). Доступніший останній спосіб. Корені, висаджені восени (або навесні) у підготовлений грунт, спочатку потрібно поливати. Після укорінення вони швидко ростуть, цвітуть і плодоносять. Потребує достатньо родючих і зволожених грунтів.

Корені заготовляють восени; можна і навесні до початку сокоруху.

Звіробій звичайний (зверобой обыкновенный)
Hypericum perforatum L.

Звіробій. Невже ця рослина причетна до смерті звірів? На таке запитання є два варіанти відповіді. За першим, назва є перекрученою з мови далеких кочових племен, які в минулому вторгалися на наші землі. Їхньою мовою ця рослина називалася «джерамбай», що означає

«зцілитель ран». За другим варіантом, грізну слов'янську назву рослині дали тому, що, відповідно до спостережень наших предків, тварини, з'ївши її, могли захворіти. Тоді в них на голові, вухах, навколо рота і очей з'являлася припухлість, яка при сильному отруєнні переходила у виразки. Тварини відчували сильний свербіж, від чого кидалися на землю, кусали себе, наносячи рани, що тяжко загоювалися. Для людини звіробій не становить ніякої небезпеки.

Із стародавніх часів використовувався єгиптянами. У середні віки був сировиною для виготовлення рицарських напоїв. Нещодавно знайдено акти початку XVII ст. про застосування звіробою як лікувального засобу.

Це — багаторічна трав'яниста рослина (30—60 см заввишки) з родини звіробійних (Hypericaceae). Стебло пряме, голе, вгорі гіллясте. Міжвузля округлі або з двома гранями, цілісні. Листки супротивні, сидячі, овальні, видовжено-яйцеподібні або видовжені, тупуваті, цілокраї, з численними залозками. Квітки правильні, зібрані в щиткоподібну волоть або нещільну китицю. Чашечки з п'яти, що зрослися біля основи, ланцетних, загострених, гладеньких по краю чашолистків. Віночок п'ятичленний, жовтий, пелюстки з численними чорно-бурими або фіолетовими крапками. Тичинок багато, маточка одна, з верхньою зав'яззю і 3—5 стовпчиками. Плід — багатонасінна тригранна коробочка.

Росте у змішаних лісах, на галявинах, лісосіках, серед чагарників, на луках, перелогах, біля доріг.

Трава містить до 12 % дубильних речовин, гіперин, гіперицин, гіперозид, азулен, ефірну олію (до 0,3 %), смолисті речовини (17 %), антоціани (до 6 %), сапоніни, вітамін С і каротин.

Препарати звіробою мають в'яжучі і протимікробні властивості, а також здатні стимулювати регенерацію тканин. Використовують усередину при колітах, зовнішньо — при опіках, гінгівітах та стоматитах.

Із звіробою виготовляють антибактеріальні препарати іманін і новоіманін, якими лікують гнійні рани, тяжкі опіки, гострі катари дихальних шляхів. Новоіманін використовують також для боротьби з бактеріозами овочевих рослин і проти вірусної мозаїки тютюну.

У народній медицині звіробій — дуже популярний лікувальний засіб. Його рекомендують при поносах, шлунково-кишкових захворюваннях, хворобах дихальних шляхів, печінки, нирок, як тонізуючий при серцево-судинних захворюваннях, як кровоспинний при маткових кровотечах, як

глистогінний, при невралгіях, істерії, безсонні, епілепсії, паралічах. Ним лікують стоматити, гайморити, фарингіти. Відваром трави миють дітей при діатезах, туберкульозі шкіри, висипах, наривах, а при хворобах молочних залоз прикладають компреси. Корені рослини застосовують при дизентерії та туберкульозі кісток.

Оскільки звіробій може рости на одному місці 5 років і більше, для його вирощування слід підбирати незатінені місця. Ділянки повинні бути незабур'янені. Грунт обробляють, як і під інші просапні культури. Перед сівбою його боронують (залізними граблями). Якщо внести органічні і мінеральні добрива, урожайність рослини збільшиться на 20—30 %. Рекомендується під основну оранку вносити 0,2 т/100 м^2 торф'яного компосту і 3 кг/100 м^2 азотних, фосфорних і калійних добрив.

Розмножується безпосереднім висівом насіння в грунт під зиму з міжряддями 45 см з розрахунку 30—40 г/100 м^2. При весняній сівбі насіння обов'язково стратифікують: змішують з піском і витримують на холоді 2—3 міс.

Для створення оптимальних умов зростання після появи сходи прополюють, а міжряддя розпушують. Такий обробіток на першому році культивування протягом літа повторюють 3—4 рази. На другий і наступні роки рано навесні з ділянки збирають відмерлі стебла, грунт боронують (залізними граблями).

Для заготівлі сировини на великих площах траву скошують, а на малих — зрізують серпами на висоті 30 см від поверхні землі. Звичайно через 1—1,5 міс після першого укосу рослини повторюють повну вегетацію і знову зацвітають. Тоді їх косять вдруге. Середня урожайність становить 0,2 т/100 м^2 з дворічних і 0,3 т/100 м^2 з трирічних культур.

Сировину сушать у добре провітрюваних приміщеннях при температурі 50—60 °С. При сухій погоді можна сушити на відкритому повітрі, але в тіні.

Золототисячник малий (золототысячник зонтичный) Centaurium minus Moench. (C. umbellatum Gilib.)

Стародавні греки називали цю рослину кентаврою. Але з падінням Римської імперії назву забули. І лише в середні віки монахи поширили чутку, що соком чудодійної рослини за сто золотих вони виліковують хворих. Звідси і пішла назва центавріум (по-латинськи — сто — «центум» і золото — «аурум»).

У нас цю рослину називають ще цинторією, центурією.

Золототисячник малий — дворічна рослина з родини тирличевих (Gentianaceae). Стебло пряме, чотиригранне, заввишки 20—40 см. Листки цілокраї, голі, нижні зібрані в прикореневу розетку, стеблові — супротивні, довгасто-овальні. Квітки рожеві, іноді білі, зібрані на верхівці стебла в щиткоподібне суцвіття. Цвіте в червні — липні.

Росте на луках, лісових галявинах і полянах, між чагарниками, на узліссях, як бур'ян на полях.

З лікувальною метою використовують траву. Вона містить алкалоїди, з яких переважає генціанін (еритрицин), глікозиди (еритаурин, еритроцентаурин), вітамін С, олеанолову і сліди нікотинової кислот, смолу, дубильні речовини, віск, цукри та інші речовини.

У медичній практиці в основному використовують спиртову настойку золототисячника для збудження апетиту і посилення діяльності шлункового тракту, при диспепсії, гастритах. Рекомендують його при підвищеній кислотності шлункового соку, хворобах печінки і жовчних шляхів. Використовується в гомеопатії.

Розмножують насінням і вегетативно (поділом куща). Насіння після стратифікації висівають рано навесні з міжряддями 20—25 см. Сходи з'являються через 2—3 тижні. Догляд у вегетаційний період полягає в розпушенні грунту та видаленні бур'янів. На чистих грядках золототисячник добре кущиться.

При вегетативному розмноженні кущі, поділені на 2—4 частини, висаджують на відстані 25 см один від одного. Дуже важливо попервах поливати ділянку.

Збирають надземну частину на початку цвітіння, коли листки в прикореневій розетці ще не почали жовкнути і засихати. Рослину зрізують біля кореня так, щоб захопити прикореневу розетку. Потім тонким шаром розкладають, підсушують, а згодом зв'язують у невеликі пучки і розвішують до остаточного висихання.

Калина звичайна (калина обыкновенная)
Viburnum opulus L.

Червона калина... Скільки тепла, ласки у цих звичних нашому серцю словах. Скільки пісень, легенд присвячено цій скромній рослині. Був звичай над могилою дівчини садити калину як символ чистоти й суму.

Калина має високі декоративні властивості. Навесні вона прикрашається квітами, восени — янтарно-червоними гронами плодів і листям, яке поступово червоніє. Недарма й зараз у багатьох селах і містах можна побачити цю красуню.

Високий гіллястий кущ (2—4 м заввишки) з сірою корою з родини жимолостевих (Caprifoliaceae). Пагони зеленувато-сірі з супротивними великими (до 5—7 мм) бруньками. Листки до 10 см завдовжки, супротивні, майже голі. Пластинка їх 3—5-лопатева, з серцеподібною основою, зелена, з двома ниткоподібними прилистками, черешки довгі. Запашні квітки зібрані в плоскі кінцеві щиткоподібні суцвіття, крайові великі, білі, безплідні, серединні — дрібніші, двостатеві. Чашечка з п'ятьма зубчиками, віночок п'ятироздільний.

Плоди — ягодоподібні червоні овальні кістянки (6,5—14 мм завдовжки і 4,5—12 мм завширшки) з твердою кісточкою.

Росте в підліску змішаних і листяних лісів, по берегах річок і водойм, на луках.

Кора калини містить до 6,5 % смоли, до складу якої входять органічні кислоти (мурашина, оцтова, ізовалеріанова, капринова, каприлова, масляна, лінолева, церотинова, пальмітинова), фітостеролін, ситостерин і мірициловий спирт, а також дубильні речовини (близько 2 %), флобафени і глікозид вібурнін. У плодах до 32 % цукрів, до 3 % дубильних речовин, є ізовалеріанова і оцтова кислоти, вітамін С. В насінні до 21 % жирної олії.

Рідкий екстракт і відвар кори використовують при внутрішніх кровотечах, а також як спазмолітичний і заспокійливий засіб у гінекологічній практиці. Зовнішньо — для зупинки паренхіматозних кровотеч. Препарати з кори калини знижують артеріальний тиск. Плоди посилюють скорочення серця і збільшують діурез. Вони входять у вітамінні збори. Після морозів плоди вживають в їжу як засіб від гіпертонії (початкова стадія) і кашлю.

Кору разом з квітками і плодами використовують у ветеринарії для лікування ящура великої рогатої худоби.

Завдяки високому вмісту пектинів з плодів калини виготовляють мармелад, їх консервують, застосовують як чайно-кавовий сурогат. Можна використовувати як начинку для пирогів.

Крім того, плоди калини дають червону, кора — чорно-зелену фарби, придатні для фарбування вовни.

Розмножується насінням і вегетативно (паростками, відсадками, поділом куща і живцями). Всі способи прості і дають добрий результат. Зокрема, насіння після тривалої стратифікації висівають у підготовлений грунт з міжряддями 30—40 см. Після дворічного догляду саджанці висаджують на постійне місце.

Рослину вирощують у парках для створення окремих груп і живоплотів. Ціниться також як порода, що приваблює корисних птахів.

Кору заготовляють з молодих пагонів у квітні — травні, роблячи кільцеві надрізи, які потім з'єднують поздовжніми. Сушать на горищах, під наметами, розстеливши тонким шаром.

Плоди збирають у вересні — жовтні, зрізуючи ножами або секаторами, сушать у печах або сушарках при температурі 50—60 °С. Квітки збирають під час цвітіння і швидко висушують у затінку.

Кмин звичайний (тмин обыкновенный)

Carum carvi L.

Насіння кмину звичайного давно відоме людині як лікувальний засіб і пряність.

Це — дворічна трав'яниста рослина з родини зонтичних (Apiaceae). У перший рік життя створює лише розетку прикореневих листків, на другий — розвиває порожнисте, всередині борознисте стебло, яке пускає гілки майже з основи. Листки чергові, перисторозсічені, верхні — сидячі. Квітки білі, правильні, зібрані в складні зонтики. Цвіте в червні — липні. Плоди — двосім'янки, сплюснуті з боків, при достиганні розпадаються на вузькі серповидні сім'янки.

Росте по розріджених місцях або в березових лісах, на узліссях, лісових порубах, луках, горбах, по краях доріг. На Україні культивується.

Плоди кмину містять 3—7 % ефірної олії (основні її компоненти — карвон і лімонен), 14—22 % жирної олії з високим вмістом петроселінової кислоти та дубильні речовини. З трави і насіння виділено флавоноїди кверцетин, компферол та ізорамнетин, а також ацетилові сполуки — поліїни.

Відвар плодів використовують при атонії і болях у кишечнику, метеоризмі, для підсилення секреторної функції підшлункової залози, підвищення тонусу й перистальтики кишечника, зниження в ньому процесів бродіння і гниття. Ефірну олію використовують для ароматизації лікарських препаратів.

Плоди кмину звичайного широко використовують також у харчовій і парфюмерній промисловості.

Розмножують насінням, яке висівають рано навесні з розрахунку 100 г/100 м^2 на глибину 2—3 см. Сходи з'являються через 2—3 тижні. Для прискорення проростання насіння намочують і витримують 2—3 дні при температурі 18—20 °С, після чого висушують та висівають.

Деякі рослини цвітуть у перший рік життя, більшість — на другий і наступні роки.

Заготовляють насіння кмину в суху погоду, бо зволожені плоди втрачають товарну якість.

Конвалія звичайна (ландыш майский)
Convallaria majalis L.

Лілея долин — так у перекладі з латинської мови називається ця рослина. За історичними даними, у минулому вона була символом медицини. На одному з портретів Копернік, який був не тільки геніальним астрономом, а й відомим лікарем, зображений з букетом конвалій у лівій руці.

Конвалія відіграла певну роль у побуті різних народів. У минулому в Німеччині під час її цвітіння відбувалося народне гуляння в лісі: в палаюче багаття хлопці і дівчата кидали квіти конвалії як жертву богині весни. У Франції навіть існувало свято конвалій. Навесні перед першою неділею травня йшли в ліс за квітами, якими потім прикрашали вікна, двері будинків.

Оскільки запаси цієї рослини дедалі зменшуються, її слід культивувати.

Конвалія — однодольна багаторічна трав'яниста рослина з родини лілійних (Liliaceae). Кореневище довге, горизонтальне, з підземними пагонами і тонкими придатковими коренями. Від нього відходять два прикореневих листки і тонка стрілка з китицею білих пахучих квіток. Плід — малонасінна червона ягода. Цвіте періодично, через 2—3 роки, у травні.

Росте у змішаних і листяних лісах. Зустрічається на всій європейській частині СРСР та Кавказі.

Рослина містить серцевий глікозид конвалатоксин, який широко використовується в медичній практиці. З насіння виділено також стероїдний глікозид конвалозид. Крім того, конвалія містить сапонін конваларин, що подразнює слизові оболонки шлунка, кишечника і нирок.

Препарати з конвалії регулюють діяльність серця, кумулятивних властивостей не мають. Застосовують спиртові настойки, рідше — в чистому вигляді, частіше — з валеріаною тощо. Свіжа трава використовується в гомеопатії.

Для культивування найбільш придатні чорноземи, легкі суглинкові та інші грунти, які не утворюють кірки. Розмножується поділом кореневища. Краще росте у вологих, затінених місцях.

Заготовляють під час цвітіння більшості рослин на

відповідній ділянці. Надземну частину зрізують ножицями або ножем на рівні 4—5 см від поверхні землі.

Копитняк європейський (копытень европейский)
Asarum europaeum L.

Це — рослина з тисячолітньою історією. Народна медицина з давніх-давен використовує її як лікувальний засіб, зокрема від алкоголізму.

Багаторічна трав'яниста рослина (5—10 см заввишки) з родини хвилівникових (Aristolochiaceae). Кореневище повзуче, розгалужене, з трьома лускоподібними низовими листками. Стебло коротке, лежаче, звичайно з двома, рідше з трьома прикореневими довгочерешковими листками. Листки ниркоподібні, дещо шкірясті, зверху блискучі, коротко-опушені, цілокраї. Пластинка листка . темно-зелена, зісподу світліша. Взимку забарвлення листків не змінюється. Квітки поодинокі, розташовані між листками біля поверхні грунту на коротких пониклих квітконіжках. Плід — шестигнізда коробочка. При розтиранні вся рослина має запах перцю.

Росте майже по всій Україні, крім Криму, у листяних, рідше змішаних лісах. Цвіте в березні — травні.

У кореневищі, коренях і траві міститься близько 1 % ефірної олії, до складу якої входять алкалоїди азарон (отруйна речовина) і діазарон, а також азариловий альдегід, пінен, евгенол, метилевгенол, борнілацетат, дубильні речовини, слиз, органічні кислоти тощо.

Дуже популярний у народній медицині. Його застосовують як блювотне, сечогінне, при жовтяниці, малярії, гастриті і шкірних захворюваннях, зокрема екземі. Свіжі листки прикладають при болях голови, до гнійних ран, а корінь використовують як нюхальний засіб при нежиті, глухоті, паралічі язика.

У науковій медицині застосовують кореневище з коренями і листки. Водний настій свіжих листків входить до складу препарату акофіту, яким лікують радикуліт та інші невралгічні захворювання. У гомеопатії свіжий сік рослини призначають при алкоголізмі та істерії.

У ветеринарній практиці настій вживають проти застарілих лишаїв, злоякісних виразок у коней, а також як протиглисний та потогінний засіб. Ефірна олія, яка містить евгенол, використовується в зуболікарняній практиці та парфюмерії.

Копитняк можна розмножувати поділом куща. Вирощують у садах і парках як декоративну рослину, особливо в затінених місцях, де інші рослини не ростуть.

Кореневище з коренями заготовляють восени або рано навесні, а листки — під час цвітіння. Викопані корені промивають у холодній воді і сушать у затінку або в сушарках при температурі 50 °С. Листки сушать у затінених, добре провітрюваних приміщеннях.

Коріандр посівний (кориандр посевной)
Coriandrum sativum L.

Здавна відомий як пряно-ароматична і лікарська рослина. Широко культивується в нашій країні й за рубежем для одержання ефірної олії з плодів.

Коріандр — однорічна трав'яниста рослина заввишки від 30 до 60 см з родини зонтичних (Apiaceae). Стебло галузисте, всередині порожнисте. Прикореневі листки широколопатеві, довгочерешкові, серединні і верхні стеблові — глибокобагатороздільні з лінійними, дещо загостреними часточками. Суцвіття — складний зонтик. Квітки блідо-рожеві. Крайові квітки кожного зонтика неправильні і більші. Цвіте з червня по серпень. Плоди достигають у серпні — вересні. Зелені частини рослини мають неприємний запах блощиць, звідки і виникла назва («коріс» — по-грецьки «блощиця»). Вживають висушені і стиглі плоди.

Росте на Кавказі, в Криму та Середній Азії.

Плоди містять від 0,8 до 1 % ефірної олії, 10—20 % жирної олії і білкової речовини. Ефірну олію добувають з подрібнених плодів. Вона має велике значення в парфюмерії, де замінює лавандову і бергамотову олії для виготовлення одеколону та є вихідною сировиною для синтезу пахучих речовин.

Коріандрова олія — безбарвна або злегка жовтувата прозора легкорухома рідина з характерним запахом і смаком. Містить 50—70 % ліналоолу, близько 5 % гераніолу та до 20 % терпенів. Використовують у текстильній і харчовій промисловості, а відходи у вигляді шроту — як цінний кормовий продукт свійським тваринам.

Коріандр і його олію застосовують як пряний засіб і для поліпшення смаку ліків. Плоди входять до складу жовчогінного, шлункового і протигеморойного зборів.

Розмножують насінням, яке висівають у добре підготовлений грунт на глибину 1—1,5 см. Ширина міжрядь — 25—30 см. Догляд полягає в розпушенні грунту та видаленні бур'янів.

Заготовляють стиглі плоди. Рослину зрізують, в'яжуть у снопи, висушують і молотять. Обмолочене насіння сушать.

Кріп пахучий (укроп пахучий)
Anethum graveolens L.

З давніх-давен наші предки використовували кріп як пряноші і як лікувальний засіб.

Це — однорічна трав'яниста рослина з родини зонтичних (Apiaceae) заввишки 40—100 см. Стебло круглясте, галузисте. Листки перистороздільні, з лінійними ниткоподібними ланцетними частками; нижні — черешкові, верхні — сидячі. Суцвіття зонтика великі, 20—50-променеві. Цвіте в травні — серпні.

Розводять на городах, іноді дичавіє і росте як бур'ян. У дикому стані зустрічається по берегах Середземномор'я і на Кавказі.

Плоди містять 4 % ефірної олії, до складу якої входять карвол, дилапіол, лімонен і феландрен, та до 20 % жирної. В траві, крім ефірної олії, містяться каротин, вітамін С, мікроелементи.

У медичній практиці траву у вигляді водного настою застосовують при гіпертонії, у народній медицині — як сечогінне. Плоди у вигляді порошку і настою — при захворюванні дихальних шляхів, розладі травлення, а також як засіб, що стимулює виділення молока. Настої трави кропу розширюють кровоносні судини, знижують артеріальний тиск, збуджують діяльність серця, збільшують діурез.

Кропова вода використовується науковою медициною для поліпшення функції кишечника та зменшення метеоризму, як смакова речовина для мікстур. Плоди також використовують для збільшення молока у жінок, які годують немовлят, як заспокійливий засіб при безсонні.

Застосовують у різних галузях промисловості; в кулінарії — для соління і маринування овочів, приготування страв.

Розмножують насінням, яке висівають рано навесні (можна і влітку). Догляд полягає в розпушенні грунту та прополюванні.

Траву використовують в міру потреби. Насіння збирають у кінці вегетації.

Кропива дводомна (крапива двудомная)
Urtica dioica L.

У Франції відвар кропиви давно відомий як засіб, що зміцнює і сприяє росту волосся. У Грузії та Азербайджані з молодих листків кропиви не одне століття готують національні страви. Російські лікарі XVII ст., не маючи уявлення про мікробів, емпіричним шляхом дійшли

до застосування бактерицидів рослинного походження, серед яких була і кропива. Лише через три століття експериментальна медицина дала наукове обгрунтування цьому.

Кропива — багаторічна трав'яниста рослина (50—125 см заввишки) з родини кропивних (Urticaceae). Кореневище повзуче, дерев'янисте, гіллясте. Стебло пряме, чотиригранне, вкрите, як і вся рослина, жалкими волосками. Листки супротивні, довгочерешкові, з прилистками. Пластинки їх видовжено-яйцеподібні, великопилчасто-зубчасті. Рослина дводомна.

Росте по всій території УРСР — на засмічених місцях, городах, у садах попід тином. Часто утворює суцільні зарості.

Листки кропиви містять вітамін С (35—270 мг%), провітамін А (13—20 %), вітаміни B_1 і B_2, мінеральні солі, залізо, кальцій, крохмаль, кислоти тощо. У науковій медицині препарати з них рекомендують при маткових, легеневих, геморойних, кишкових кровотечах. Вони входять до складу алохолу, що використовується при захворюваннях печінки. Відвар рослини знижує вміст цукру в крові.

У народній медицині кропиву рекомендують як сечогінний засіб при хворобах нирок, ревматизмі, недокрів'ї, для загоювання ран. У гомеопатії популярна есенція із свіжої трави.

Молоду кропиву поїдають свині, коні, птиця, велика рогата худоба. Вона сприяє підвищенню несучості курей, збільшенню удоїв молока у корів, поліпшенню росту курчат і свиней.

Як косметичну рослину відвар кропиви (коренів) використовують проти облисіння і для стимулювання росту волосся.

Дуже легко розмножується як вегетативно, так і насінням. Не вибаглива до грунту та умов освітлення, тому для неї можна використати ділянки, на яких практично нічого не може рости. В підготовлений грунт або висівають (без стратифікації) насіння, або висаджують поділене кореневище. Дуже швидко кропива розростається і дає високий урожай. Практично догляду не потребує.

Листки збирають навесні та на початку літа. Сушать на горищі, під залізним дахом або під наметом з доброю вентиляцією, розстилаючи тонким шаром на папері або тканині. Сушити на сонці не можна.

Крушина ламка (крушина ольховидная)
Frangula alnus Mill.

В народі давно помітили, що кора крушини дуже корисна при запорах у людей старшого віку. Після досліджень увійшла в наукову медицину.

Це — високий кущ (до 2 м) з родини жостерових (Rhamnaceae). Кора темно-червона або червонувато-сіра, з черговими гілками без колючок. Листки чергові, овальні або оберненосерцеподібні, цілокраї, блискучі. Квітки дрібні, в пазушних пучках, зеленувато-білі. Плід — кістянка, нестиглий — червоний, стиглий — чорний. Цвіте в травні — червні.

Росте в широколистяних лісах, особливо на лісових галявинах, серед чагарників. Поширена в лісовій смузі європейської частини СРСР, в Сибіру до Алтаю, на півночі доходить майже до Полярного кола.

Свіжа кора містить 3—5 % вільних і зв'язаних оксиметилантрахінонів, емодин, хризофанол і антраноли. Свіжозаготовлена, вона викликає нудоту, блювання, понос.

Застосовують крушину у вигляді відвару, рідкого або сухого екстракту. У науковій медицині використовують як проносний засіб при хронічних запорах і геморої. Входить до складу послаблювального шлункового або протигемороїдального чаю. Глікозид емодин, добутий з кори, входить до складу холаголу, який призначають при жовчокам'яній хворобі, запаленнях і цирозі печінки.

У народній медицині кора вважається швидкодіючим засобом при захворюваннях печінки, хронічних запорах, хворобах шкіри. Її використовують також при гастритах, хворобах кишечника, дизентерії, виразках шлунка, листки — при недокрів'ї.

У ветеринарії кору крушини у вигляді відвару або настою призначають як проносне.

Крушина ламка — добрий медонос. Її можна розмножувати поділом куща, паростками й відсадками. Добре росте по берегах річок, водойм, боліт, на вологих луках. Тіньовитривала рослина.

Збирають кору навесні до появи листків. Для цього на стовбурах і гілках на відстані 10—50 см один від одного ножами роблять кільцеві надрізи, які з'єднують поздовжніми розрізами. Така кора легко знімається. Потім деревину рекомендується зрубати на пеньок для відновлення рослини.

Сировину сушать під наметом з доброю вентиляцією або під залізним дахом, розклавши на папері або тканині.

Кульбаба лікарська (одуванчик лекарственный)
Taraxacum officinale Web. et Wigg.

Це відома вже в далекому минулому лікарська рослина. Феофраст рекомендував її для лікування веснянок і печінкових плям на шкірі. Пізніше її почали використовувати араби. У XVI ст. в Німеччині кульбабі приписували заспокоювальну і снотворну дію.

Багаторічна трав'яниста рослина з родини складноцвітих [Asteraceae (Compositae)]. Має коротке, просте, рідше багатоголове кореневище, від якого відходить малогалузистий корінь. Розетка з дещо піднятими або лежачими на землі листками. Останні голі, довгасто-ланцетні, до основи звужені, глибокоперистонадрізані. Лопаті листків відхилені до основи, краї їх нерівномірно-зубчасті. З пазух листків виходять квіткові стрілки — голі, циліндричні, порожнисті всередині, 15—30 см заввишки. Суцвіття — одиничний верхівковий груповий кошик. Гола розширена верхівка квіткової стрілки (квітколоже) оточена загальною обгорткою з лінійно-ланцетними листочками. Квітколоже густо вкрите яскраво-жовтими язичковими квітками з чубком замість чашечки. Плід — сім'янка з пухнастою летючкою. Цвіте з весни до пізньої осені. Росте як бур'ян на всій території України.

У коренях містяться тритерпенові сполуки, інулін (до 24 %), каучук (до 3 %), жирна олія, до складу якої входять гліцериди пальмітинової, олеїнової, лінолевої, мелісової і церитонової кислот. У листках — вітамін С (50—70 мг%), каротин (6—8 мг%), вітамін Е, солі заліза, кальцію і фосфору.

Корені застосовують для збудження апетиту, як жовчогінний засіб та поліпшення травлення при запорах.

Свіжі листки після попереднього вимочування у солоній воді придатні для виготовлення салатів, їх можна маринувати в оцті і додавати до овочевих страв як приправу. З коренів готують сурогат кави.

Французи вживають не тільки зелені листки, а й молоді, ще не розкриті суцвіття. Кошики маринують і додають у солянки й вінегрети як замінник каперсів.

З косметичною метою використовують напар з квіток кульбаби. Ним зводять бородавки, пігментні плями і ластовиння. Ця рослина входить до складу противугревого лосьйону.

Оскільки кошики кульбаби відкриваються о 6-й годині ранку, а закриваються о 10-й, її можна використати для створення квіткового годинника, що й зробив свого часу

Карл Лінней. До того ж кульбаба — непоганий барометр: на дощ її кошики закриваються.

Дуже добре розмножується насінням, яке висівають з міжряддями 25—30 см. Догляд полягає у 2—3-разовому розпушенні грунту та прополюванні за вегетаційний період.

Корені збирають восени або рано навесні. Їх миють у холодній воді, протягом кількох днів пров'ялюють на відкритому повітрі, а потім сушать на горищах під залізним дахом, у печах або сушарках при температурі 40—50 °С.

Купальниця європейська (купальница европейская)
Trollius europaeus L.

Оригінальна краса квіток цієї рослини є причиною вириванння їх великої кількості на букети, внаслідок чого її стає дедалі менше. У деяких країнах (НДР, Польща, Чехословаччина) купальниця охороняється законом.

Це — багаторічна рослина з прямостоячим стеблом до 50 см заввишки. Листки довгочерешкові, пальчасто-розсічені, темно-зелені, прикореневі. Квітки поодинокі, верхівкові, лимонно-жовті, блискучі, наче вкриті позолотою чи лаком.

Росте на вогких лісових луках та галявинах, узліссях, чагарникових заростях переважно у лісових і лісостепових районах та в Карпатах.

У свіжій траві міститься протоанемін, сліди інших алкалоїдів, сапоніни, вітамін С, органічні кислоти, дубильні речовини.

В народній медицині Білорусії використовують траву при шлункових захворюваннях. На Україні — зовнішньо при наривах.

Теплий, сонячний колір квіток купальниці робить їх особливо бажаними в садах та парках, по берегах водойм, струмків.

Розмножується вегетативно і насінням, яке найдоцільніше висівати під зиму — тоді сходи з'являються навесні. Цвіте на другий рік життя. Найкраще росте на родючих щільних грунтах.

Траву заготовляють під час цвітіння, сушать на горищі при добрій вентиляції.

Лаванда колоскова (лаванда колосовая)
Lavandula spica L.

Стародавні греки і римляни використовували її не тільки як ароматичну рослину, а й як лікарську. Оцінили лаванду і народи Європи (французи, італійці, іспанці), які почали культивувати її ще в XVI ст. В Росії вирощують з другої половини XIX ст.

Лаванда колоскова — півкущ з родини губоцвітих [Lamiaceae (Labiatae)] заввишки до 75 см, з вузькими сіро-зеленими листками та красивими синіми квітами.

Хоча рослина належить до вічнозелених, вона має період спокою. В цей час частина листочків обпадає, їх пластичні речовини повністю переходять у кореневу систему (один раз за два вегетаційних періоди).

Світлолюбна рослина, в затінку росте і розвивається повільніше. Цвіте на другий рік після садіння.

Цінується лавандова олія, яка складається із ліналілацетату, ліналілпропіонату, вільного ліналіолу тощо. Застосовується при виготовленні одеколонів, мила та інших парфюмерно-косметичних виробів, а також у керамічному і лакофарбовому виробництві.

У медичній практиці у вигляді мазі і спиртового розчину використовується як антисептик. У побуті сухі квіти лаванди застосовуються для ароматизації ванн та запобігання поїдання міллю.

Лаванда — добрий медонос. Цвіте з червня по серпень, даючи багато нектару. Мед має ніжний, приємний аромат і високі якості. Це також своєрідна декоративна рослина, яку можна використовувати для створення бордюрів, груп і в поодиноких насадженнях.

Розмножують, як правило, вегетативно (живцями і відсадками). Живцювання проводять у вересні або рано навесні. Молоді рослини з живців один-два роки вирощують у розсаднику. На постійне місце висаджують у вересні — жовтні або навесні. Догляд за плантацією полягає в розпушенні міжрядь, знищенні бур'янів та підживленні. Щороку восени грунт глибоко розпушують і вносять добрива (0,3 т гною на 100 м^2).

Найкраще лаванда росте на освітлених південних схилах з високородючими і багатими на кальцій грунтами. Не виносить грунтів важкого механічного складу з підвищеною кислотністю.

Промислове використання триває кілька років. Рослина зацвітає на другий рік після садіння і при належному догляді дає задовільний урожай. Повноцінний урожай (20—30 кг/100 м^2) одержують на 3—5-й рік.

Заготовляють суцвіття через 1—1,5 тижня після початку цвітіння. Їх зрізають, вкладають у кошики і відправляють на завод для переробки. Для власних потреб сушать на горищах, у затінених місцях, без доступу сонячних променів.

Левзея сафлороподібна (левзея сафлоровидная)

Rhaponticum carthamoides Willd.

(Leuzea carthamoides (Willd.) D. C.)

Відомий дослідник Сибіру етнограф Г. М. Потанін у кінці XIX ст. перший повідомив про рослину, яку поїдають марали. Звідси друга назва — мараловий корінь.

Це — багаторічна трав'яниста рослина з родини складноцвітих [Asteraceae (Compositae)]. Стебло просте, малогалузисте, заввишки 50—150 см. Листки прикореневі, більші — черешкові; стеблові листки сидячі. Листкові пластинки голі або дещо опушені, глибокоперисторозсічені, з пилчастим краєм. Квітки фіолетові, зібрані у великі кошики з черепитчастою обгорткою, розміщені поодиноко на верхівці стебел. Цвіте у другій половині літа. Коренева система складається з численних тонких коренів.

Росте на високогірних луках та узліссях, у горах Алтаю і Східного Сибіру, в Середній Азії.

В коренях містяться інулін і кристали оксалату кальцію у формі друз, смоли, дубильні речовини, каротин, вітамін С, солі фосфору, мікроелементи.

У народі кажуть, що левзея піднімає людину від чотирнадцяти хвороб і надає їй молодості. Фармакологічні дослідження підтвердили її стимулюючу дію, яка проявляється в поліпшенні діяльності центральної нервової системи, особливо кори головного мозку. Використовують звичайно рідкий екстракт левзеї і спиртову настойку — як стимулюючий засіб.

У харчовій промисловості екстракт левзеї додають до напоїв як тонізуючий препарат.

За останні кілька десятиріч левзею почали широко культивувати на Україні, зокрема на Прикарпатті. Її рекомендується висівати на добре дренованих ділянках, де грунтові води знаходяться нижче 1,5—2 м від поверхні. Грунт обробляють, як і під інші просапні культури. Норма висіву насіння — 320 г/100 м^2. Глибина загортання — 2—3 см. Можна сіяти квадратно-гніздовим способом з розміщенням гнізд 45×45 або 60×60 см. Догляд за посівами полягає в основному в розпушенні міжрядь та кількаразовому прополюванні рядків. З метою підвищення врожаю коренів рослини першого року культивування підживлюють з розрахунку 300 г/100 м^2 азотних, 600 — фосфорних і 300 г калійних добрив.

Трирічні корені викопують восени. Їх очищають від землі, швидко промивають у воді і провітрюють. Великі

розрізають вздовж на 2—4 частини. Після провітрювання корені сушать при температурі 35—40 °С.

Лепеха звичайна (аир обыкновенный)

Acorus calamus L.

Ця рослина родом з Китаю і Індії. В Європу її завезли татари, завдяки чому лепеху ще називають «татарське зілля». Вважалося, що вона очищає воду і її можуть пити не тільки коні, а й люди.

У XIII ст. лепеха була відома на Україні, в Литві та Польщі. В XVI ст. її завезли з Константинополя в Німеччину. Австрійський посол Ангеріус фон Бусбек, довідавшись, що рослина запобігає зараженню інфекційними хворобами, у 1565 р. вислав свіжі кореневища в Прагу, а в 1574 р.— у Відень для розведення в ботанічних садах. Пізніше вона поширилася по всій Європі.

Лепеха звичайна — велика багаторічна трав'яниста рослина з великим галузистим кореневищем з родини арумових (Araceae). Стебло біля основи червонувате, часто з ліловим відтінком, листки — з вираженими жилками, мечоподібні, лінійні, загострені, м'ясисті. Цвіте в червні. В умовах України плодів не дає, плодоносить тільки на півдні Європи.

Поширена по всій республіці, в середній частині СРСР трапляється лише місцями по берегах річок і ставків.

Сухе кореневище містить ефірну олію (1,5—4,5 %), дубильні речовини, вітамін С, мікроелементи тощо.

Наукова медицина використовує лепеху в складних настойках як засіб, що збуджує апетит і поліпшує травлення, в порошках і відварах — як вітрогінне, дезинфікуючий та відхаркувальний засіб. Входить до складу препаратів вікалін і вікаїр, які призначають для лікування хронічних гастритів та виразкової хвороби. Крім того, різане кореневище вводять до апетитних чаїв, складних зборів для дитячих ванн при лікуванні рахіту і золотухи.

У народній медицині кореневища використовують також проти випадання волосся на голові. В китайській та тібетській медицині — як тонізуюче, а також для лікування деяких пошкоджень нігтів. В Індії — як інсектицидний засіб.

Ефірна олія лепехи застосовується в парфюмерії і рибній промисловості. На Україні ще в давні часи пахучі листки рослини клали на долівку. Вважали, що вона, крім приємного запаху, який наповнює оселю, знищує різних комах-паразитів, у тому числі і бліх.

Розмножують вегетативно (поділом кореневища). Полюбляє вологі місця. Росте швидко, утворюючи великі зарості.

Восени частини коренів висаджують у перекопаний грунт на відстані 30—35 см один від одного. Ширина міжрядь — 35—40 см. Корені добре перезимовують і вже в квітні вегетують. Догляд полягає в прополюванні посівів. При необхідності грунт зволожують. Через рік можна збирати врожай.

Заготовляють кореневища лепехи переважно в кінці осені, коли рівень води у водоймах понижується. Викопують їх вилами або лопатами, потім обрізують корені і стебла, добре миють, після чого ріжуть на шматочки завдовжки 15—20 см. Їх сушать на горищах добре провітрюваних приміщень або в спеціальних сушарках при температурі 25—30 °С. При вищій температурі ефірна олія вивітрюється.

Лимонник китайський (лимонник китайский)
Schizandra chinensis (Turcz.) Baill.

Мисливці Примор'я і Приамур'я добре знали тонізуючі властивості лимонника і широко їх використовували, заготовляючи сушені ягоди на зиму. Пригорща сушених ягід дає змогу мисливцю обходитися без їжі і не відчувати втоми. Крім того, вживання плодів лимонника загострює нічний зір.

Це — витка рослина (ліана) з родини магнолієвих (Magnoliaceae). Стебло дерев'янисте, із зморшкуватою темно-бурою корою. Листки черешкові, чергові, загострені, еліптичні або овальні, з клиноподібною основою. Квітки дводомні, білі, восковидні, пахучі, розміщені поодиноко на довгих квітконіжках. Пилякові квітки з п'ятьма тичинками, що зрослися в колонку. В маточкових квітках є циліндричне квітколоже, яке несе численні маточки. В період достигання плодів квітколоже дуже видовжується і набуває вигляду пониклого колоса з густо сидячими червоними кулястими ягодами, в яких по дві жовті ниркоподібні насінини. Стебло і листя мають лимонний запах. Цвіте в середині червня, ягоди достигають у вересні — жовтні.

Росте по узліссях, вздовж струмків і річок, на піщаних грунтах. Зустрічається на півдні Далекого Сходу, в Приамур'ї, Приморському краї і на Сахаліні.

Ягоди містять велику кількість цукру, яблучну (до 10 %) і лимонну (до 12 % на суху масу) кислоти. Крім того, виявлено смолисті речовини, вітамін С, схізандрин,

виннокам'яну кислоту. В усіх частинах рослини є ефірна олія. В насінні 33 % жирної олії.

Дослідження показали, що лимонник за своїми властивостями переважає багато стимуляторів нервової системи. Він стимулює серцево-судинну систему і дихання, підвищує працездатність. У Китаї використовують як тонізуючий засіб.

Застосовують спиртову настойку ягід лимонника.

Ягоди використовують також у кондитерському і кулінарному виробництві.

Лимонник витримує суворі зими, після яких добре розвивається та плодоносить. На основі багаторічних спостережень встановлено такі фази його розвитку: початок розпукування бруньок — 4—10 травня, масове цвітіння — початок червня, дозрівання плодів — перша половина серпня.

Зауважимо, що насіння лимонника має недорозвинутий ендосперм або він зовсім відсутній. При весняному висіві без попередньої підготовки насіння, як правило, проростає тільки наступного року, і поява сходів розтягується на 3—4 роки. При зберіганні на складах воно втрачає схожість на другий рік, тимчасом як висіяні в грунт або змішані з вологим піском насінини зберігають її до 4 років.

Для росту і розвитку лимонника необхідні опори, по яких його стебла піднімаються. Без опор стебла ростуть повільніше, натомість бурхливо розвиваються корені.

Сіянці лимонника вирощують у шкілці на грядках, розміщених у затінку. Для проростання насіння та розвитку молодих рослин грунт повинен бути вологим. Найкращим попередником є ранній, чистий і чорний пар. При весняній сівбі восени ділянку орють на глибину 25—30 см. Важкі грунти навесні переорюють на глибину 15—17 см і боронують. На легких грунтах досить одного боронування.

Грунт для грядок і шкілок готують більш старанно. Для цього його повністю очищають від бур'янів та удобрюють з розрахунку 0,2—0,4 т/100 $м^2$ компосту або 0,2—0,4 т/100 $м^2$ вивітрілого торфу.

Садити лимонник краще на родючих і свіжих грунтах навпроти освітленої сонцем стіни.

Насіння лимонника до сівби стратифікують протягом 2—3 міс. Його замочують на 6—10 днів у воді при кімнатній температурі (насіння, що спливає на поверхню, викидають), потім змішують з добре промитим підігрітим піском (1 об'єм насіння і 3 — піску) і поміщають в

дерев'яні ящики, де тримають 1 міс, після чого проморожують під снігом при температурі — 2—5 °С ще 1 міс. Схожість такого насіння досягає 60 %.

Насіння висівають вручну в борозни на відстані 15—20 см одне від одного. Норма висіву — 3—5 г насіння на 1 м погонної довжини. Після сівби грунт поливають і мульчують тонким шаром торфу.

Догляд за посівами полягає в розпушенні грунту, прополюванні бур'янів та поливі при необхідності. Слід пам'ятати, що вирощена з насіння рослина розвивається повільно і зацвітає на 4—5-й рік.

Лимонник можна розмножувати також стебловими живцями (зимовими і літніми), поділом рослини або паростками.

В парнику живці висаджують у пісок на відстані 3—4 см один від одного. Ширина міжрядь — 7—10 см, глибина загортання — 2,5 — 3 см під кутом 40—45°. Під час укорінення грядки поливають двічі на день (вранці та ввечері). Живці починають укорінюватися через 20—25 днів після садіння, і цей процес триває 1,5—2 міс. У парниках живці залишають до весни, присипаючи на зиму шаром листя або торфу. Навесні їх висаджують у шкілку на відстані 15—20 см один від одного; на постійне місце молоді рослини потрапляють через 1—2 роки. Найкращий час для садіння лимонника — весна, до появи бруньок. Садять рослини на відстані 1 м одна від одної, ширина міжрядь — 50—70 см. Після садіння рослину поливають, а грунт мульчують торфом шаром 2—3 см.

Догляд — розпушення, прополювання, полив. Крім того, зарості необхідно регулярно проріджувати, оскільки рослини дичавіють і гірше цвітуть.

Плоди збирають при повному достиганні, коли вони набувають темно-коричневого кольору. Потім їх сушать і очищають на решетах від плодоніжок.

Ліщина звичайна (лещина обыкновенная)
Corylus avellana L.

Тільки-но пригріє березневе сонце — розпускаються численні гірлянди золотистих сережок ліщини. Наші далекі предки вважали її символом весни, вічного життя і кохання.

Ліщина звичайна — деревоподібний кущ (2—4 м заввишки) з родини березових (Betulaceae). Кора темно-сіра, з характерними сочевичками. Гілки дугоподібні, розходяться в різні боки. Пагони й молоді листки опушені. Бруньки заокруглені, з війчастими лусочками. Листки чергові,

оберненояйцеподібні, біля основи скошеносерцеподібні, нерівномірно-зубчасті, на коротких черешках. Плід — горіх у зеленій дзвоникуватій обгортці, вкритій оксамитовим пушком.

Росте у підліску листяних і змішаних лісів. Цвіте у березні — квітні, плоди достигають у серпні.

Горіхи містять жир (55—62 %), крохмаль, цукри (2,5 %), вітамін B_1, каротин і мікроелементи. Листки — ефірну олію (0,04 %) та глікозид мірицитрозид, а кора, крім ефірної олії,— таніди, флобофени, лігноцериновий спирт і бетулін.

Олія, добута з ядра горіха, за своїми якостями не поступається перед мигдалевою і використовується не тільки для харчових потреб, а й у парфюмерії, медицині та для виготовлення високоякісних фарб.

У народній медицині горіхи застосовують при нирковокам'яній хворобі, олію — проти глистів, відвар листків — як антисептичний засіб. У науковій медицині — при шкірних та деяких захворюваннях судин.

Завдяки високому вмісту білка і жирів плоди ліщини мають високу калорійність і є цінним продуктом харчування — їх їдять свіжими і підсмаженими.

Як декоративна рослина придатна для створення групових насаджень у парках, садах. Майже не пошкоджується шкідниками.

Розмножується вегетативно (паростками, відсадками, поділом куща) і горіхами. Через 10—15 років вирощування щороку дає 350—370 кг/га плодів, а в урожайні роки — до 1800 кг.

Горіхи збирають у суху погоду в фазі повної стиглості. Потім їх сушать на відкритому повітрі на сонці.

Лопух справжній (лопух большой)

Arctium lappa L.

До початку XIX ст. лопух не був відомий у Західній Європі. Його занесла сюди російська кіннота після розгрому армії Наполеона. Тепер ця рослина у Франції росте як бур'ян.

У Японії лопух вважають городньою овочевою рослиною і культивують під назвою «гобо». Підсмажені корені додають до кави замість цикорію.

Лопух справжній — дворічна трав'яниста рослина з родини складноцвітих [Asteraceae (Compositae)], до 1,5—2 м заввишки, із стрижневим м'ясистим розгалуженим (до 60 см завдовжки) коренем. Стебло прямостояче, ребристе, червонувате, шерстисте. Листки з черешками, великі, ши-

рокосерцевидно-яйцеподібні, здебільшого цілокраї, рідше виїмчасто-зубчасті, зверху зелені, шерстисті, зісподу сіроповстисті. Верхні листки яйцеподібні, загострені, здебільшого із заокругленою основою. Квітки зібрані в кошики, розташовані щитком. Обгортка черепитчаста, складається з шипуватих, загострених на верхівці гачкуватих листочків. Квітки в кошику двостатеві, з трубчастим на верхівці п'ятизубчастим пурпуровим віночком. Сім'янка з чубком з коротких зазублених щетинок. Цвіте з червня до середини серпня. Плоди достигають у серпні — вересні.

Росте як бур'ян. Зустрічається на смітниках, біля жител і доріг, у лісах, на полях поодиноко і групами.

У коренях лопуха справжнього містяться полісахарид інулін (в сухих коренях — 37—45 %), протеїни (близько 12 %), ефірна олія (до 0,17 %), пальмітинова і стеаринова кислоти, ситостерин та стигмастерин; у насінні — глікозид арктин, а в листках — дубильні речовини, слиз та ефірна олія.

У народній медицині корені лопуха використовують як сечо- і потогінний засіб, а також при подагрі, цукровому діабеті, каменях у нирках і печінці, захворюваннях шкіри (екземи, вугри, лишаї), золотусі, виразці шлунка.

Настій коренів на оливковій олії відомий під назвою «реп'яхова олія» як засіб, що запобігає випаданню і сприяє росту волосся на голові.

Добре розмножується насінням, яке висівають восени або навесні на ділянках, не придатних для вирощування інших рослин. Догляду не потребує.

Заготовляють корені рослин першого року життя восени (вересень — жовтень), а другого року — рано навесні, на початку відростання (квітень). Їх викопують лопатами, очищають від землі, обрізують надземну частину і тонкі корені та відразу промивають у холодній воді. Потім відбивають товсті корені, звільняють їх від кори і сушать надворі або на горищах під залізним дахом чи під навісами з доброю вентиляцією, розклавши тонким шаром на папері або мішковині.

Любисток лікарський (любисток аптечный)
Levisticum officinale L.

У всіх слов'ян дуже популярна рослина. На Україні оспівана в чудових народних піснях, як калина і явір, горобина і береза в російських піснях і народному епосі. Любисток високо цінив давньогрецький лікар Діоскорид, який вважав його цінною лікарською рослиною.

Батьківщина цієї рослини — Персія. Дуже популярна

вона була в Стародавній Греції і Римі, де монахи сприяли її поширенню в культурі. У XII ст. росла в містах ряду держав Європи. В Східній Європі, зокрема на Україні, із середньовіччя і до сьогодні його знає майже кожна господиня.

Крім лікарського і пряно-ароматичного застосування, любисток використовують як косметичний засіб, що запобігає випаданню і сприяє росту волосся.

Багаторічна трав'яниста рослина з родини зонтичних (Apiaceae). Стебло пряме, циліндричне, з сивою поволокою, дудчасте, вгорі розгалужене, заввишки до 2 м. Листки блискучі, перисторозсічені, з великими обернено-яйцеподібними або округло-ромбічними, на верхівці надрізано-зубчастими сегментами. При дотику до листка відчувається своєрідна прохолода, що зумовлено наявністю ефірної олії.

Квітки дрібні, ясно-жовті, зібрані в чималі складні зонтики. Цвіте в червні — серпні. Вся рослина має специфічний запах, що нагадує запах селери, завдяки якому любисток використовують як пряноші.

З лікувальною метою використовують корінь, траву і насіння. Корінь містить ефірну олію (0,6—1 %), лецитин (0,9 %), смоли, різні цукри, крохмаль, яблучну та ангелікову кислоти, ферменти. В ефірній олії виявлено фталід (70 %), масляну кислоту, карвакрол, кумарин, сесквітерпени.

Кореневище в гомеопатичній практиці застосовують як сечогінне, в народній медицині — як сечогінний, відхаркувальний та болезаспокійливий засіб. У вигляді водного настою корінь вживають при захворюваннях нирок і сечового міхура, шлунково-кишкового тракту, при недокрів'ї. Зовнішньо — для миття голови при випаданні волосся.

Розмножується вегетативно (поділом коренів) і насінням. Останнє висівають навесні з міжряддями 35—40 см; сходи з'являються на 20—30-й день (при осінній сівбі — в квітні). В перший рік життя рослина утворює розетку з листків. Починаючи з другого року регулярно цвіте (в червні) і плодоносить (в серпні). У перший рік посіви обов'язково прополюють, грунт розпушують. Аналогічні роботи виконують і в наступні роки.

При вегетативному розмноженні корені також висаджують з міжряддями 35—40 см. Спочатку грунт поливають. Після укорінення коренів міжряддя прополюють і розпушують. Вирощують любисток у садах і на городах як декоративну та пряну рослину.

Заготовляють корені восени. Їх сушать у добре про-

вітрюваних приміщеннях. Висушені корені швидко вбирають вологу і уражуються грибами, тому їх слід зберігати в сухому місці.

Любка дволиста (любка двулистная)
Platanthera bifolia L.

Ця рослина з глибокої давнини використовується народами Сходу. В Ірані і Туреччині звичайним було пити вранці з медом виготовлений із бульб любки дволистої слизуватий напій, який поновлював сили. В далекому минулому перські війська при далеких переходах запасалися ними на випадок нестачі їжі. Це ж свого часу робили і татарські кіннотники. За літературними даними, для харчування дорослої людини при відсутності інших продуктів достатньо спожити на добу 40 г сухих бульб любки, подрібнених у порошок і приготовлених у вигляді суспензії на воді чи молоці.

Любка дволиста — багаторічна рослина з родини орхідних (Orchidaceae), заввишки 30—60 см, з кущистим стеблом. Листки прикореневі, еліптичні. Квітки пахучі, білуваті, губа квітки жовтувато-зелена. Цвіте в червні. Росте в лісах, на узліссях, у вогких місцях. Зустрічається в різних куточках нашої республіки (Карпати, Полісся, Розточчя — Опілля, рідше в горах Криму). Її дрібні квіти мають приємний аромат, ледь відчутний удень і сильніший уночі. Ця властивість рослини виробилась у процесі еволюції для приваблення нічних комах-запилювачів.

У бульбах любки, порівняно невеликих за розміром, нагромаджуються слиз (до 50 %), крохмаль (до 30 %), декстрин (до 10 %), деякі тонізуючі речовини. Народна медицина рекомендує бульби любки виснаженим хворим при шлунково-кишкових захворюваннях, кашлі, хворобах зубів, а листя як зовнішнє при наривах. За науковими спостереженнями, бульби доцільно використовувати як обволікуючий засіб при отруєнні (при цьому уповільнюється всмоктування токсичних сполук).

Культивується легко. Любку висаджують у пухкий грунт, багатий на перегній, у затінку кущів. Вона непогано розростається і щоліта радує нас ніжними квітками і тонким духмяним запахом.

Малина (малина обыкновенная)
Rubus idaeus L.

Ця рослина входила в меню людини ще в сивій давнині. Давні греки і римляни цінували її за лікарські властивості. Вони ж застосовували малину як лікувальний засіб при укусах гадюк.

Це — кущ з родини розових (Rosaceae), 1—1,5 м заввишки, з річними вегетуючими пагонами і здерев'янілими дворічними стеблами, які утворюють квітконосні пагони. Однорічні — сизуваті, прямі, вкриті тонкими коричнево-червоними шипами. Листки чергові, трійчасті або непарноперисті з 3—5 (7) листочками. Середній листочок на довгому черешку, бічні сидячі. Квітки зібрані в щиткоподібно-волотисте суцвіття в малоквіткових пазушних китицях. Плід — збірна червона або жовта соковита кістянка.

Росте в підліску змішаних та рідколистяних лісів, на галявинах, вирубах, часто утворює суцільні зарості. На Україні поширена в північній частині Лісостепу, в Карпатах, на Поліссі. Широко культивується.

Плоди мають високі смакові, харчові і дієтичні властивості. В них містяться цукри (4—11 %), яблучна, лимонна, саліцилова (1—2 %) кислоти, вітаміни С (10—40 мг%), А і В, ефірна олія; в насінні — жирна олія (20 %).

Плоди малини вживають свіжими. З них готують варення, желе, мармелад, пастилу, соки. З молодих листків (вони містять 250 мг% вітаміну С) виготовляють замінник чаю.

У медичній практиці плоди малини використовують при простудних захворюваннях як потогінне. З них готують також сиропи, які поліпшують смакові якості інших ліків, особливо дітям.

Розмножується насінням і вегетативно. Росте швидко. Не терпить затінення.

Ягоди малини дуже ніжні, легко мнуться, тому їх слід збирати в суху погоду в плетені кошики, в яких і транспортують до місця переробки чи споживання.

Ягоди можна сушити при температурі 50—60 °С. Дуже корисно прив'ялювати їх на сонці, розстеливши тонким шаром на тканині.

Маренка красильна (марена красильная)
Rubia tinctoria L.

Спеціалістів давно цікавило питання про виготовлення так званих вічних фарб — адже фрески художників Стародавнього Єгипту, створені кілька тисяч років тому, чудово збереглися до наших днів. Тим часом малюнки живописців епохи Відродження вже встигли потемніти. Недавно група французьких вчених за допомогою рентгенівського проміння і хімічного аналізу розкрила таємницю художників Єгипту. Виявляється, що до складу фарб, якими вони користувались, входила маренка красильна.

Це — багаторічна трав'яниста рослина з родини маренових (Rubiaceae) заввишки 60—130 см. Кореневище горизонтальне, коричневе, багатоголове, з вертикальним коренем. Стебла чотиригранні, колючо-шорсткі, гіллясті, із загнутими назад шипами. Листки широколанцетні, кільчасті, біля основи звужені в короткий черешок, по краях і знизу колючошорсткі, загострені, тверді. Квітки дрібні, розміщені в пазухах розгалужених напівзонтиків. Віночки колосоподібні, жовтувато-зелені, п'ятироздільні. Плід — червона ягода. Цвіте в червні — липні, плоди достигають у середині вересня.

Росте в Південній Європі, Середземноморських країнах, Малій і Середній Азії, на Кавказі. З успіхом можна культивувати на півдні України.

Кореневище маренки красильної містить 5—6 % оксиметилантрахінонів та руберитринову кислоту, яка складається із ксилази, глюкози і алізарину, а також пурпурин, галіозин, ксантопурпурин тощо.

Дослідженнями встановлено, що корені маренки красильної мають сечогінну і спазмолітичну дію, ефективні при лікуванні нирковокам'яної і жовчнокам'яної хвороб та подагри. Препарати з маренки сприяють розчиненню фосфатних ниркових каменів і виведенні фосфорнокислих, щавлевокислих й інших солей з організму.

В гомеопатії маренку застосовують при туберкульозі і рахіті. Хімічна промисловість виробляє з її коренів різні барвники (від рожевого до пурпурового кольору).

Для вирощування маренки грунт орють на зяб на глибину до 30 см. Перед сівбою переорюють, після чого культивують на глибину 6—8 см з наступним боронуванням. При розмноженні поділом кореневищ культивацію проводять на глибину 8—10 см.

Маренка — вимоглива щодо удобрення грунту культура. Тому під неї вносять 0,2 т/100 м^2 органічних добрив, а також по 450 г азоту, 600 — фосфору і 600 г калію.

Норма висіву насіння становить 200 г/100 м^2 Перед сівбою його обробляють гранозаном (0,2 г на 100 г насіння) або препаратом АБ (0,32 г на 100 г).

На посівах першого року життя рослин зразу ж після появи сходів проводять шарування, а протягом літа — прополювання міжрядь і 3—4 розпушення.

У рік сівби досягає 30 см висоти. З другого року життя всі рослини щороку цвітуть, але плодоносять нерегулярно.

На перехідних плантаціях восени видаляють рослинні рештки. З метою створення оптимальних умов для пере-

зимівлі проводять підгортання, а взимку — снігозатримання.

Кореневища викопують на 2—3-й рік життя пізно восени або рано навесні до початку вегетації. Сировину сушать при температурі 50 °С або на горищі з доброю вентиляцією.

Материнка звичайна (душица обыкновенная)
Origanum vulgare L.

Таку назву український народ дав рослині тому, що застосовується вона при найрізноманітніших жіночих хворобах, в тому числі й у породіль. Ця пахуча трава навіть після сушіння зберігає аромат полів і духмяність лісів.

Материнка звичайна — багаторічна трав'яниста рослина з родини губоцвітих [Lamiaceae (Labiatae)]. Кореневище коротке. Стебло (30—60 см заввишки) пряме, біля основи часто гіллясте, чотиригранне, у нижній частині циліндричне. Листки супротивні, черешкові, довгасто-яйцеподібні (1—4 см завдовжки), зверху темно-зелені, зісподу світліші, віддалено-дрібнозубчасті. Квітки зрослопелюсткові, у щиткоподібно-волотистих суцвіттях. Плід — розпадний горішок. Горішки овальні, гладенькі.

Росте у змішаних та листяних лісах, серед чагарників, на галявинах та берегах рік, біля канав і доріг. Поширена по всій Україні.

У листках і квітках містяться дубильні речовини, вітамін С, каротин, ефірна олія (0,15—1,1 %).

З лікувальною метою у науковій медицині використовують квітучі пагони, які рекомендують для збудження апетиту, проти атонії кишечника, як відхаркувальний засіб при кашлі і хворобах дихальних шляхів, при безсонні та ревматизмі. Входить до зборів: грудних, потогінних, вітрогінних і для полоскання горла.

У народній медицині материнку застосовують для збудження апетиту, поліпшення травлення, при зниженій кислотності шлункового соку, хворобах печінки, гіпертонії та інших хворобах. Крі того, листки материнки використовують при солінні огірків, для ароматизації квасу, як сурогат чаю і замінник хмелю при виготовленні пива, для запобігання появі молі, а олію — у парфюмерній промисловості та миловарінні.

Ефірна олія з квіток містить тимол, сесквітерпени, вільні спирти, фітонциди. Завдяки цьому вона є високоефективним антимікробним засобом.

Як декоративна рослина материнка звичайна придатна для створення барвистих плям на газонах.

Розмножують поділом куща і насінням. Стратифіковане насіння висівають навесні в підготовлений грунт з міжряддями 25—30 см. Догляд за посівами полягає в розпушенні грунту і видаленні бур'янів.

Поділені кущі висаджують восени. Вони швидко вкорінюються і добре розростаються.

Квітки та листя материнки заготовляють починаючи з другої половини червня і в липні. Зривають або зрізують квіткові стебла за кілька сантиметрів від землі, зв'язують у пучки і сушать у добре провітрюваному приміщенні.

Меліса лікарська (мелисса лекарственная)
Melissa officinalis L.

У сивій давнині мелісу культивували римляни, греки, араби. Дещо пізніше почали її вирощувати в Італії, Англії, інших європейських країнах та США. У Радянському Союзі зустрічається в основному на городах, у парках, ботанічних садах, на дослідних станціях і пасіках.

Це — багаторічна трав'яниста рослина 50—125 см заввишки з родини губоцвітих [Lamiaceae (Labiatae)] При розтиранні пахне лимоном. Стебло прямостояче, чотиригранне, гіллясте. Вся рослина м'яковолосиста. Листки серцевидно-яйцеподібні, зморщені, великозубчасті, черешкові. Квітки блідо-рожеві або білі, в пазушних пучках. Цвіте в липні — серпні.

Росте в Криму, на Закавказзі та в Середньоазіатських республіках. У здичавілому вигляді зрідка трапляється на Україні.

У листі меліси виявлено цитраль, гераніол, цитронелаль, ліналоол, мірцен, гіркі, дубильні речовини, вітамін С та інші сполуки. Використовується як засіб, що збуджує апетит і поліпшує травлення, як вітрогінне, проти блювоти у вагітних. Зовнішньо — проти ревматизму.

У народній медицині, крім того, застосовують як заспокійливий, протисудорожний, серцевий і болезаспокійливий засіб. Чай із свіжих листків — як потогінний, поліпшуючий обмін речовин і освіжаючий напій.

Меліса — чудовий медонос. До того ж вона приваблює бджіл і заспокоює їх. Рослина використовується також у консервній, харчовій та парфюмерній промисловості.

Непогано росте на дещо підвищених ділянках, достатньо освітлених і захищених від північних вітрів. Добре культивується на глибоких, пухких, багатих на перегній грунтах. Не росте на кислих важких глинистих відмінах.

Розмножується насінням і вегетативно (поділом кущів, відсадками і живцями). У зораний на глибину 27—30 см грунт насіння висівають з розрахунку 100 г/100 м^2; глибина його загортання — 1—2 см. Коли на сходах утвориться 2—3 пари листків, посіви проріджують. Відстань між рослинами повинна становити 30 см при ширині міжрядь 60 см.

Меліса добре розмножується також поділом на частини дво- чи трирічних кущів та відсадками стебел. Останній спосіб особливо зручний на плантаціях першого року, де звичайно буває багато стебел, що стеляться. Проте пересаджувати рекомендується якомога рідше, щоб рослини до кінця літа добре вкорінилися і не вимерзли взимку. Хороші результати дає й розмноження молодими живцями.

Догляд за посівами полягає в розпушенні міжрядь та видаленні бур'янів. Протягом вегетаційного періоду слід вносити органічні і мінеральні (фосфорні й калійні) добрива. При хорошому догляді плантацію використовують 5—6 років.

Зелену масу скошують у фазі цвітіння рослини двічі за літо: перший раз — у червні — липні, вдруге — у серпні — вересні. Стебла зрізують на висоті 10 см від поверхні землі. Одержану масу сушать до повітряносухого стану у затінку, на горищах, у добре провітрюваних приміщеннях.

Мильнянка лікарська (мыльнянка лекарственная)
Saponaria officinalis L.

З середніх віків дійшли до нас відомості про мильнянку як лікарську рослину. В деяких країнах Західної Європи включена до фармакопеї.

Це — багаторічна трав'яниста рослина 30—60 см заввишки з родини гвоздикових (Caryophyllaceae). Кореневище розгалужене, повзуче. Стебло пряме, вгорі трохи розгалужене, гладеньке або дещо шорстке. Листки супротивні, видовжені або еліптичні, цілокраї. Квітки білі, великі, правильні, згруповані по 3—7 у кінцевих щиткоподібних суцвіттях на головному стеблі та гілках. Плід — довгаста яйцеподібна коробочка з чотирма зубцями на верхівці. Насіння численне, ниркоподібне.

Росте серед чагарників на галявинах, по узліссях, у садах і городах, засмічених місцях.

Лікарські властивості зумовлені наявністю в кореняx і кореневищі сапонінів (до 5 %).

У народній медицині корені мильнянки застосовують усередину як сечогінний, потогінний, поліпшуючий обмін

речовин засіб, при хворобах печінки, нирок, селезінки та золотусі. Зовнішньо — при зубному болі, лишаях, екземах, фурункулах.

Використовують у різних галузях промисловості (харчовій, фарбувальній, парфюмерній тощо), а також для виробництва сурогатів мила, яке застосовують для відбілювання і миття шовку, вовни і тканин, які не можна мити звичайним лужним милом.

Розмножують насінням і вегетативно (поділом коренів). Насіння не потребує стратифікації. При весняній сівбі сходи з'являються на 10—15-й день.

Дворічні рослини починають вегетувати в квітні. Цвіте в липні, плодоносить у вересні.

Корені висаджують на відстані 40 см один від одного з міжряддями 30—40 см. Вони добре вкорінюються і розростаються, тому при необхідності їх можна використовувати для розмноження кожні два роки. Оскільки рослина не вибаглива до грунту, при бажанні можна створити чималу ділянку. Використовується для оформлення клумб і квітників.

Заготовляють корені рано навесні або восени. Їх викопують, миють у холодній воді і сушать на відкритому повітрі.

Морква дика (морковь дикая)
Daucus carota L.

Помічено, що застосування насіння дикої моркви при нирковокам'яній хворобі і захворюваннях сечового міхура дає позитивний результат. Тому після тривалих перевірок препарат з насіння дикої моркви (елерусан) призначають при лікуванні печінкових та ниркових каменів.

Морква дика — трав'яниста рослина з родини зонтичних (Apiaceae). Уся вона шорстковолосиста. Листки перисторозсічені, з довгими або лінійними частками. Квітки дрібні, зібрані в зонтики. Цвіте в липні — вересні.

Росте на сухих луках, біля доріг, на полях, городах та в інших місцях.

Діючою речовиною моркви дикої є ефірна олія, на яку багате насіння. Кількість її залежить від місця, де рослина зростає, і коливається від 1 до 2 %. До складу ефірної олії входять: гераніол у вигляді геранілацетату (50 %), два терпенових вуглеводи (напінен і собінен), біциклічний сесквітерпеновий вуглеводень і парафіновий вуглець. Крім того, в насінні є жирна олія (17 %), білки та інші сполуки.

У науковій медицині морква дика входить до складу препарату елерусан, який рекомендується при нирково- і печінковокам'яній хворобах.

В народній медицині деяких країн насіння моркви дикої здавна відоме як засіб при різного роду ниркових захворюваннях, у тому числі і нирковокам'яній хворобі. У вигляді порошку його використовують при поганому травленні як вітрогінне. Насіння входить також до складу зборів — чаїв для лікування нирковокам'яної хвороби і сечового міхура.

Морква дика ще в 50-х роках нашого століття вивчалася в культурі як ефіроолійна рослина. Відповідно до одержаних даних, у лабораторних умовах насіння дає сходи на 3—12-й день, при весняному висіві — на 23—39-й день, при осінньому — в травні.

Рослину з успіхом можна культивувати на Україні. Насіння висівають у підготовлений грунт навесні. Ширина міжрядь — 30—35 см, глибина загортання — 1—1,5 см. Догляд за посівами полягає в розпушенні грунту і прополюванні міжрядь.

Насіння моркви дикої заготовляють у другій половині літа. Стебла зрізують серпами, в'яжуть у невеликі снопи і після висушування обмолочують.

М'ята перцева (мята перечная)

Mentha piperita L.

У дикому стані ніде не росте. Це — стара культурна рослина, виведена в Англії в XVII ст., можливо, шляхом схрещування диких видів м'яти: м'яти водяної і зеленої, але остання, мабуть, також гібрид, одержаний з м'яти лісової і м'яти круглолистої. В Росії початок культивування м'яти (XVIII ст.) пов'язаний з діяльністю аптечних городів. У СРСР її культивують у великій кількості, в тому числі на Україні.

М'ята перцева — багаторічна трав'яниста рослина з родини губоцвітих [Lamiaceae (Labiatae)]. Кореневище стелиться і дає пагони. Стебло чотиригранне, галузисте, близько 0,5 м заввишки. В культурі найбільш відомі два різновиди: чорна м'ята з червоно-фіолетовими стеблами і жилками листка та біла м'ята із світло-зеленими стеблами і жилками. Листки супротивні, короткочерешкові. Квітки дрібні, червоно-фіолетові, розміщені кільцями, зближеними в густі колосоподібні суцвіття на верхівках стебла й гілок. Віночок зрослопелюстковий, лійкоподібний, дещо неправильний, з чотирма лопатями. Вся рослина дуже ароматна.

У листках і суцвіттях міститься ефірна олія (0,8—3,5 %). Її кількість залежить від умов розвитку рослини, часу збирання і сорту м'яти. Основними компонентами ефірної олії є ментол і ментон. Крім того, до її складу входять цинеол, ментофуран, тимол, карвакрол, сесквітерпеновий біциклічний вуглець, сесквітерпеновий кетон і сесквітерпенові спирти невстановленої будови. Ефірна олія має приємний прохолодний смак і тонкий сильний аромат.

Використовується дуже широко. В медичній практиці — як болезаспокійливе і для зубних полоскань. З олії одержують ментол, який міститься у багатьох лікарських препаратах як дезинфікуючий і протизапальний засіб. 25—30%-ний розчин ментолу в ізовалеріаново-ментоловому ефірі (препарат валідол) застосовують при стенокардії.

Листки м'яти приписують для поліпшення травлення (у зборах), як жовчогінне, проти спазмів кишечника і нудоти. Майже аналогічно використовується настойка м'яти.

Листя м'яти і ефірну олію застосовують у багатьох галузях харчової промисловості для ароматизації напоїв, соусів, кондитерських виробів.

У Радянському Союзі лікарською сировиною є листки. Свіжу квітучу траву використовують у гомеопатії.

Перцева м'ята майже не утворює насіння і тому розмножується вегетативно (поділом кореневища, стебел і навіть укоріненням листків). Рослина дуже вимоглива до вологості і родючості грунту. Високий урожай вона дає при вирощуванні на низинних ділянках з неглибоким заляганням грунтових вод та родючими легкими грунтами. При стійкому та достатньому сніговому покриві витримує морози — 18—30 °С. В безсніжні морози вимерзає. У літні місяці оптимальна середньодобова температура для успішного росту м'яти становить 18—22 °С. Часті дощі і висока температура повітря зумовлюють появу грибів, що призводять до зниження вмісту ефірної олії.

Під м'яту ділянку орють на зяб на глибину 25—27 см, одночасно вносять органічні добрива з розрахунку 300—400 кг/100 м^2. Рано навесні поле боронують і культивують.

Свіжі непроростілі кореневища висаджують вручну квадратно-гніздовим (45×45 см) способом. Після садіння грунт прикочують. При появі бур'янів посіви 1—2 рази культивують на глибину 8—10 см.

М'яту збирають звичайно у липні — серпні в фазі бутонізації і початку цвітіння або дещо пізніше, при зацвітанні головних квіток.

Після відростання можливе повторне збирання (вересень).

Нагідки лікарські (ноготки аптечные)
Calendula officinalis L.

Ця рослина потрапила до нас з Південної Європи ще в середні віки і тепер стала звичною. Як лікарський засіб використовують з XVI ст. Помічено, що ці невеликі оранжеві квіти запобігають розмноженню в грунті круглих червів (нематод).

Нагідки — однорічна трав'яниста рослина з родини складноцвітих [Asteraceae (Compositae)]. Розвиває кілька галузистих прямостоячих стебел до 0,5 м заввишки. Листки чергові, довгасті, на кінці заокруглені, біля основи переходять у невиразний крилатий черешок. Вся зелена частина рослини густо опушена дрібними волосками. Квітки жовті або оранжеві, на кінці стебел зібрані у великі кошики. Крайові квітки язичкові, розміщені у 2—3 ряди, у махрових різновидів — до 15 рядів. Середні квітки трубчасті, безплідні. Плоди — сім'янки: зовнішні — найбільші, серцеподібновигнуті, середні — кільцеподібні, а внутрішні — гачкуваті, дрібні. Всі мають горбочки на зовнішній поверхні.

У СРСР культивують повсюдно як декоративну рослину. В дикому стані не зустрічається. Закладено промислові плантації в радгоспах по вирощуванню лікарських рослин.

Хімічний склад: каротин, лікопін, гірка речовина календен, сліди ефірної олії, органічні кислоти (в основному саліцилова), смола тощо.

Застосовують як протизапальний засіб, при гнійних ранах, виразках, опіках, деяких видах злоякісних пухлин, серцевих захворюваннях, які перебігають з порушенням ритму, гіпертонії, виразковій хворобі шлунка і дванадцятипалої кишки, а також для полоскання горла при ангіні. У народній медицині — ще при захворюваннях шлунка, кишечника, печінки, шкірних захворюваннях, золотусі, рахіті. Сік із свіжих листків вживають при укусах бджіл, а сік з квіток — як барвник для масла і сиру.

Нагідки — непримхлива рослина, росте на різних грунтах, але найкраще — на освітлених і добре зволожених грунтах. Можна культивувати на одному і тому ж місці багато років. Перед висівом насіння ділянку перекопують на глибину 22—25 см. Сівбу проводять рано навесні. Після появи сходів розпушують грунт у міжряддях та видаляють бур'яни. Таку обробку повторюють 2—3 рази в першій половині літа до змикання рядків. Для збіль-

шення врожаю рекомендується 1—2-разове підживлення органо-мінеральними добривами.

Оскільки нагідки цвітуть тривалий час, суцвіття протягом вегетаційного періоду заготовляють 8—12 разів, починаючи з фази масового цвітіння. Сушать сировину зразу ж після збирання в сушарках або на горищах з доброю вентиляцією, розклавши тонким шаром на рамках з натягнутою мішковиною.

Наперстянка великоквіткова
(наперстянка крупноцветковая)
Digitalis grandiflora Mill.

Ця рослина в Ірландії була відома уже в V ст. У XI ст. в Німеччині її застосовували як засіб від водянки. Однак траплялися випадки отруєння через неправильне дозування, і наперстянку деякий час не використовували. Але в кінці XVIII ст. англійський лікар Уайзеринг знайшов в архівах померлої знахарки рецепт наперстянки для лікування складних захворювань серця і вирішив його вивчити. Через 10 років наукового дослідження (у 1785 р.) він увів цю рослину в наукову медицину.

Наперстянка великоквіткова — багаторічна трав'яниста рослина (40—120 см заввишки) з родини ранникових (Scrophulariaceae). Кореневище коротке, товсте. Стебло пряме, звичайно просте, залозисто-пухнасте. Прикореневі листки довгасто-ланцетні або ланцетні, нерівномірно-пилчасті або цілокраї, опушені, біля основи звужені в короткий черешок. Стеблові листки чергові, довгасто-ланцетні, сидячі. Квітки великі, пониклі, дещо неправильно зрослопелюсткові, зібрані в довгу однобічну китицю жовтого кольору. Плід — яйцеподібна залозиста пухнаста багатонасінна коробочка. Цвіте в червні — серпні.

Росте у змішаних та листяних лісах, на галявинах, серед чагарників. Останнім часом вирощують також на квітниках, у затінених місцях парків і лісопарків. Поширена в північній частині Лісостепу, на Поліссі і в західних областях України.

Листки містять різні серцеві глікозиди, сапоніни, флавоноїди, вітамін С та деякі інші речовини.

У науковій медицині препарати з листків наперстянки призначають при лікуванні складних порушень кровообміну (серцевій декомпенсації), гострій хронічній недостатності, порушенні ритму серцевих скорочень та інших хворобах серця.

Для вирощування наперстянки відводять ділянку, захищену від холодних північно-східних вітрів. Найкраще

росте на легких суглинково-супіщаних чорноземних грунтах, але не кислих. Перед сівбою ділянку перекопують на глибину 22—27 см. Розмножують як розсадою, вирощеною в парниках, так і насінням, яке висівають під зиму або рано навесні з міжряддями 60 см. Догляд за посівами полягає в багаторазовому розпушенні грунту, в прополюванні та внесенні добрив (0,2 т гною, 2 кг суперфосфату і 1 кг калійних солей на 100 м^2).

Листки збирають два рази: першого року — в кінці літа і восени, другого — на початку цвітіння та після досягнення стандартних розмірів. Сушать їх зразу ж: у добру погоду — на горищах, у погану — в сушарках при температурі 40—60 °С.

Обліпиха крушиноподібна (облепиха крушиновидная) Hippophae rhamnoides L.

У Стародавній Греції обліпиха була відома як лікувальний засіб для коней. Використовували листя, від яких коні швидко набирали масу, а шерсть їх ставала коротшою і блискучішою. Звідси і латинська назва «гіпофе» («гіпос» — кінь, «фаос» — блискучий).

Це — невелике (до 4 м заввишки) деревце або кущ з родини маслинкових (Elaeagnaceae), з колючими гілками, вкритими сірою корою. Молоді пагони з дрібними кулястими бруньками, вкриті сріблястими, а пізніше іржаво-бурими лусочками. Листки лінійно-ланцетні (2—8 см завдовжки), цілокраї, зверху зелені, зісподу — бурувато-сріблясті, сидять зближено. Квітки одностатеві. Рослина дводомна. Тичинкові квітки буруваті, в коротких колосках, маточкові — зеленуваті, малопомітні, сидять у пазухах листків. Маточка одна, зав'язь верхня. Плід — овальна кістянка (7—8 мм завдовжки), жовтувата або оранжево-червона. Плоди сидять густо, ніби обліпляючи стебло. Насіння (до 5 мм завдовжки) чорне, блискуче, з рівчачком.

У природному стані на Україні росте в дельті р. Дунаю, створюючи на піщаних кучугурах густі зарості. Культивується по всій республіці в полезахисних смугах, у захисних насадженнях уздовж доріг, у садах і парках. Входить до числа кущових порід для групових насаджень при озелененні населених пунктів.

У свіжих достиглих плодах дикорослої алтайської обліпихи міститься 83,6—86,4 % води, 2,8—7,8 % жирної олії, 8,6—272,5 мг% вітаміну С, 0,9—10,9 — каротину, 0,016—0,035 — вітаміну B_1 і 0,038—0,056 мг% рибофлавіну. В олії з плодів — до 300 мг% каротиноїдів, до 60 — каротину, до 160 мг% токоферолів, а в олії з насіння —

3,2 мг% каротину і до 120 — токоферолів. З кори виділений серотонін — речовина, що має протипухлинну дію.

Плоди обліпихи — цінна полівітамінна сировина. Олія, одержана з них, діє як епітелізуючий, гранулюючий і болезаспокійливий засіб. Її застосовують у гінекологічній практиці, для лікування опіків, відморожень, екзем, погано загоюваних зовнішніх виразок, виразок шлунка і дванадцятипалої кишки, а також для зменшення регенеративних змін слизової оболонки стравоходу при променевій терапії раку.

Крім медичного застосування, плоди мають велике харчове значення. Їх їдять у свіжому вигляді, використовують для виготовлення варення, киселів, пастил, желе тощо. Листя обліпихи містить 10 % дубильних речовин, тому його можна застосовувати для дублення шкір.

Це — світлолюбна рослина, не терпить вирощування з іншими деревами і кущами. Тому її плантації слід створювати переважно чисті, з розміщенням садивних місць 3×4 м (допускається й більшими групами). Велике значення має якість садивного матеріалу.

Добре розмножується зимовими живцями. Для цього їх до початку вегетації нарізають завдовжки 40 см. У викопаний рівчак (ширина — 10, глибина — 30 см), засипаний сумішшю річкового піску і гумусованого грунту (1 : 1), живці закопують на відстані 3 см один від одного, залишаючи зверху дві бруньки (у перші роки обліпиха дає стрижневий корінь і мало розростається). Верхній зріз живців змазують садовим варом. Для кращого укорінення живці затінюють і часто поливають. Можна також розмножувати обліпиху насінням і відсадками.

Дослідження плантацій обліпихи, які вступили у фазу плодоношення, показали, що плодоносить до 40 % дерев. Тому для підвищення врожайності необхідно замінити чоловічі особини на жіночі. Зокрема, на ділянці слід залишити не більше 15 % чоловічих особин. Чим більша плантація, тим менше їх потрібно.

Для успішного росту обліпихи велике значення має агротехніка її вирощування. Так, підготовку грунту слід починати за рік до садіння за системою чорного пару. Грунт повинен мати пухку структуру, особливо на задернілих площах.

У перші 3—4 роки плантації обліпихи вимагають ретельного догляду, оскільки рослини гинуть при затіненні високими травами і сільськогосподарськими культурами, а також при сильному задернінні.

Заготовляють плоди після достигання в морозні дні (листопад — грудень). Під деревами розстилають брезент, мішковину або папір, і мерзлі плоди обережно оббивають або струшують палками з гілок, потім їх очищають від листя і стебел. Не дозволяється зрізувати або обламувати гілки з плодами. Заморожені плоди можна зберігати до 6 міс. Свіжі зразу ж переробляють.

Оман високий (девясил высокий)

Inula helenium L.

Одна з найдавніших лікарських рослин, описаних Діоскоридом та Плінієм Старшим. Її застосовували ще лікарі школи батька медицини Гіппократа у Стародавній Греції і Римі. Кореневище використовували не тільки з лікувальною метою, а й у їжу. В середні віки оман широко культивували. Увійшов у старовинні українські легенди, пов'язані з любовними чарами, ворожбою і красою.

Оман високий — багаторічна трав'яниста рослина з родини складноцвітих [Asteraceae (Compositae)]. Кореневище товсте, м'ясисте. Стебло прямостояче, борознисте, короткогіллясте, опушене шорсткими волосками. Листки чергові, великі (до 50 см завдовжки і до 9—25 см завширшки), зверху голі, зісподу сіруватоповстисті, нерівномірнозубчасто-пилчасті, нижні — черешкові, довгасто-еліптичні, стеблові — дрібніші, яйцеподібні, загострені, з серцеподібною стеблообгортною основою. Кошики великі (6—8 см у діаметрі), нечисленні, на товстих квітконіжках. Усі квітки жовті, плідні — п'ятичленні, крайові — язичкові, маточкові — вдвоє довші за обгортку, середні — трубчасті, двостатеві. Плід — лінійно-довгаста чотиригранна сім'янка з чубком однорядних бруднуватобілих зазубрених волосків, у два рази довших за сім'янку.

Росте по берегах річок, на лісових луках, серед чагарників. Цвіте у червні — липні. Трапляється по всій Україні, найчастіше — у Лісостепу.

У коренях і кореневищах оману містяться ефірна олія (до 3 %), інулін (до 44 %), сліди алкалоїдів, сапоніни, слиз.

У науковій медицині кореневище використовують як відхаркувальне при хворобах дихальних шляхів, а також як сечо-, жовчогінний і жовчетворний засіб. У народній медицині це — одна з найпопулярніших лікарських рослин універсальної дії. Корені вживають при лікуванні гастритів, виразок, при астмі, простуді, діабеті, золотусі, жовтяниці, гіпертонії тощо. Ефірна олія, що міститься

в стеблах, листках і кореневищах, має антисептичні протизапальні властивості, а також фунгіцидну дію.

Завдяки наявності інуліну корінь використовують у консервній і кондитерській промисловості.

Оман високий має садові форми. Вирощують як декоративну й лікарську рослину в садах і парках. З давніх часів на Україні розмножують поділом куща і насінням. Перший спосіб застосовують при пересаджуванні рослин. Насіння навесні або восени висівають у підготовлений грунт на глибину 1—1,5 см. Ширина міжрядь — 40—45 см. Сходи з'являються в травні. В перший рік життя утворюється розетка з 5—7 листків, на другий рік 20 % рослин дають генеративні пагони, які цвітуть у липні. Плоди достигають у вересні. Дво-, трирічні рослини можна переносити на постійне місце.

Під час вирощування оману слід розпушувати міжряддя і видаляти бур'яни.

Первоцвіт весняний (первоцвет весенний)

Primula veris L.

Лікарські властивості цієї рослини були відомі ще стародавнім грекам. Вони вважали, що первоцвіт є цілющою квіткою Олімпу і що в ньому містяться ліки від усіх хвороб. У інших народів також існувало чимало легенд і повір'їв, пов'язаних з первоцвітом. Наприклад, німці вірили, що дівчина, яка першою у великодні свята знайде квітку, неодмінно того ж року вийде заміж. В Англії говорили, що трубчасто-дзвоникоподібні пониклі квітки служать притулком для казкових крихітних фей і гномів під час непогоди.

У давнину на Русі рослині приписували здатність виявляти заховані скарби. Вважали також, що трава має приворотну силу.

Первоцвіт здавна культивують як чудову декоративну рослину. В XVII—XVIII ст. він був однією з найулюбленіших садових квіток поряд з трояндами, лілеями і тюльпанами. В результаті гібридизації виведено кілька садових форм.

Це — багаторічна трав'яниста рослина з родини первоцвітих (Primulaceae). Кореневище невеличке, коротке, косе. Листки зморшкуваті, яйцеподібні, в нижній частині звужені у вузькокрилатий черешок, зібрані у прикореневу розетку. Квіткова стрілка заввишки від 10 до 30 см з яскраво-жовтими трубчастими квітками. Цвіте з квітня до червня.

Росте на луках, серед чагарників, на лісових галявинах і в розріджених лісах, біля доріг, на схилах.

Листки багаті на вітамін С (400—500 мг%), каротин, а корені містять сапоніни, глікозиди, сліди ефірної олії, вітаміни групи А.

У народній медицині листки використовують для лікування гіпо- і авітамінозів, корені — при бронхіті, запаленні легень, ломоті, болях у суглобах, усіх хворобах сечових шляхів та нирок. Застосовується у гомеопатії й ветеринарії.

З квіток первоцвіту шляхом зброджування з цукром або медом готують поживний прохолодний напій. Порошок з сухих товчених листків приймають при нестачі вітамінів в організмі, відсутності апетиту, хворобі ясен.

У деяких країнах Європи первоцвіт культивують як салатну рослину.

Під час сінокосу квітки первоцвіту виділяють пилок, який, потрапляючи на слизові оболонки носа, рота, очей, викликає у деяких людей сінну хворобу, що належить до алергічних захворювань.

Первоцвіт весняний легко вирощувати на присадибній ділянці. Якщо зібрати насіння (воно достигає у червні — липні) і посіяти восени у відкритий грунт, як це відбувається і в природних умовах, то наступної весни з'являться рясні сходи. При достатньому зволоженні сіянці протягом літа досягають розмірів дорослої рослини, тому восени їх доцільно розсадити. Як лікарську сировину листя збирають у фазі цвітіння, а кореневища — після вегетації. Останні миють у холодній воді і сушать при температурі 40—50 °С.

Перстач прямостоячий (лапчатка прямая)
Potentilla erecta (L.) Hampe.

У середні віки калган (народна назва перстачу) вважався одним з найкращих засобів для лікування дизентерії. Порошком з кореневищ чистили зуби, щоб запобігти захворюванням ясен і забезпечити білизну зубів.

На початку XX ст. перстач включено до вітчизняної фармакопеї.

Це — багаторічна трав'яниста рослина (15—50 см заввишки) з родини розових (Rosaceae). Кореневище товсте, коротке, бульбисто потовщене, дерев'янисте. Квітконосні стебла виходять з пазух прикореневих, зібраних у пучок листків. Стебла висхідні або прямостоячі, у верхній частині вилчасто-розгалужені, короткоопушені, листорозміщення чергове. Стеблові листки зелені, трійчасті, з великими парними прилистками, сидячі, з клиноподібно-видовженими надрізано-пилчастими догори листочками. При-

кореневі листки 3—5-пальчасті, черешкові. Квітки на довгих квітконіжках, поодинокі (10—13 мм у діаметрі), правильні, з подвійною вільнопелюстковою оцвітиною. Чашечка з чотирма вузькими частками і підчашею, волосиста. Пелюсток чотири. Вони блідо-жовті, оберненояйцеподібні, виїмчасті, дещо довші від чашечки. Тичинок 15—20, маточок багато, зав'язь верхня. Плід складається з багатьох горішкоподібних сім'янок.

Росте в соснових та змішаних лісах, на лісових галявинах і суходільних луках, по краях боліт.

Кореневище містить дубильні речовини (до 14 %), глікозид торментилін, ефір, торментол, хінну і елагову кислоти, флобафени, віск, смоли, камедь, крохмаль.

У давнину перстач прямостоячий вживали при болях у шлунку, звідки й пішла назва калган, яка означає «кольки в шлунку».

У вигляді відвару та настойки кореневище використовують як в'яжучий засіб при запальних захворюваннях шлунково-кишкового тракту і порожнини рота. Крім того, відвар застосовують при внутрішніх кровотечах, зовнішньо — при опіках, кровоточивих ранах і виразках, мокрих екземах та деяких інших шкірних захворюваннях.

Розмножують насінням і вегетативно (поділом куща і кореневища). Корені висаджують восени або навесні на відстані 25—30 см один від одного у затінку. При сприятливих умовах вони швидко укорінюються і розвиваються. Через рік можна збирати врожай.

Насіння висівають також восени чи навесні на глибину 1—1,5 см з міжряддями 25—30 см. Після появи сходів проводять розпушення міжрядь і видалення бур'янів. Цвіте в травні — червні. Плоди достигають у липні.

Кореневища викопують восени або навесні до появи прикореневих листків, ретельно миють, очищають від тонких ниткоподібних додаткових коренів і сушать у сушарках, в добре провітрюваних приміщеннях чи на відкритому повітрі.

Пижмо звичайне (пижма обыкновенная)
Tanacetum vulgare L.

Інсектицидні властивості цієї рослини відомі дуже давно. У Стародавньому Єгипті її використовували для бальзамування померлих, а народи Півночі — як своєрідний консервант, що зберігає м'ясо від псування. У середні віки східні слов'яни вживали пижмо проти глистів.

Це — багаторічна трав'яниста рослина з коротким здерев'янілим кореневищем з родини складноцвітих [Asteraceae (Compositae)].

Стебло 50—100 см заввишки, пряме, борозенчасте, голе або дещо опушене, у верхній частині гіллясте. Листки 7—10 см завдовжки, чергові, довгасті, зверху темно-зелені, шорсткі або гладенькі, двічіперистороздільні на ланцетні або широколінійні пилчасті частки: нижні листки — черешкові, інші — сидячі. Квітки дрібні, яскраво-жовті, зрослопелюсткові, з простою віночкоподібною оцвітиною, зібрані в плоскі кошики, що утворюють на верхівці густі щиткоподібні суцвіття. Обгортка напівкуляста, черепитчаста, листочки її сіро-зелені, голі, з вузьким плівчастим краєм. Плід — гола, округла сім'янка з п'ятьма реберцями, без чубка.

Росте в змішаних та листяних лісах, на галявинах, серед чагарників, поблизу доріг, на просіках і луках.

Трава містить ефірну олію (0,089—0,3 %), до складу якої входить α-туйон (до 49 %), β-камфора, борнеол; пінен, β-туйон, туйол; суцвіття — флавоноїди (лютеолін та кверцетин), дубильні і гіркі речовини.

Настій суцвіть використовують проти круглих глистів та при деяких кишкових захворюваннях. Встановлена жовчогінна і фітонцидна дія пижма, завдяки чому воно ефективне при лікуванні лямбліозу, холециститу та гепатиту. Настій із суцвіть збільшує силу скорочень серцевого м'яза, сповільнює ритм серця. Надземна частина рослини має також інсектицидні властивості.

Слід пам'ятати, що пижмо отруйне і застосовувати його треба обережно.

Листки пижма звичайного використовують як пряно-ароматичну домішку в кулінарії та кондитерському виробництві.

Лікарською сировиною є квіткові кошики. В гомеопатії використовується й ефірна олія.

Пижмо — живий компас природи: листки цієї рослини розміщуються в меридіальній площині, тобто з півночі на південь.

Розмножують вегетативно (поділом кореневища і куща) та насінням.

Кущі або відрізки кореневища висаджують на відстані 35—40 см один від одного, а насіння без стратифікації висівають на глибину 1—1,5 см з міжряддями 35—40 см. Весняні посіви (квітень) дають сходи в травні. В перший рік життя рослини утворюють розетку листків діаметром до

40 см. Починаючи з другого року всі особини регулярно цвітуть і плодоносять. Цвіте в червні — липні. Масове достигання плодів — у вересні. Дає багатий самосів.

Догляд за посівами, особливо в перший рік життя, полягає в прополюванні та розпушенні грунту. Якщо міжряддя густі, восени їх можна прорідити.

Суцвіття заготовляють під час цвітіння (червень — серпень), для чого окремі кошики обривають руками чи зрізують ножами або серпами. Сушать на горищі під залізним дахом або під навісами з доброю вентиляцією, розклавши тонким шаром на папері чи мішковині.

Півонія незвичайна (пион необычный, марьин корень) Paeonia anomala L.

У Стародавній Греції та в середні віки в Європі півонія належала до чудодійних цілющих рослин. Навіть грецькі лікарі тоді називалися пеоніями, а лікарські рослини — травами пеонів. Корені цієї рослини використовували при задусі, подагрі, а також як пряноші в кулінарії.

Півонія — улюблена квітка китайців. Умільці-садівники вивели півонії найрізноманітніших відтінків — рожеві, червоні, бузкові, жовті, чорні.

Півонія незвичайна — багаторічна трав'яниста рослина з родини жовтецевих (Ranunculaceae). Корінь шишкоподібно потовщений. Листки перисторозсічені. Квітки поодинокі, великі, пурпурно-рожеві, з міцним запахом і терпким смаком. Рослина не дуже поширена.

Крім органічних сполук, в коренях містяться ефірна олія, глікозид саліцин, залізо, стронцій, мідь, хром, нікель, вісмут, молібден, вольфрам, титан, магній, натрій, кальцій, барій та деякі невизначені радіоактивні елементи. Зауважимо, що вміст стронцію в золі півонії незвичайної дуже великий (1 % і більше), що, на думку вчених, й обумовлює позитивний результат при лікуванні пухлин кісток.

Препарати з півонії використовують як засіб, що підвищує апетит і поліпшує травлення. Надземні частини мають антибактеріальні властивості.

У селах України з давніх-давен культивують півонію як декоративну рослину. Її легко розмножувати поділом кореневища і насінням.

Корені висаджують восени або навесні. Спочатку їх поливають. Під час вегетації рослин грунт розпушують, видаляють бур'яни.

При весняному розмноженні насінням сходи з'являються через 3—3,5 міс. Весняна вегетація багаторічних

рослин починається в кінці березня. Цвіте в травні — червні, плоди достигають у липні.

Корені для медичних цілей викопують восени або навесні до початку сокоруху.

Плаун булавовидний (плаун булавовидный)
Lycopodium clavatum L.

Був час, коли нашу планету вкривали величезні лісові масиви з гігантських (до 30 м заввишки) плаунових дерев — лепідендронів. Їх потомки нині — низькорослі трав'янисті рослини, що стеляться по землі, спори яких дуже ціняться в різних галузях промисловості.

Плаун булавовидний — багаторічна вічнозелена трав'яниста рослина з родини плаунових (Lycopodiaceae). Стебло повзуче, з висхідними рівновилчасто розгалуженими гілками, густо вкритими вузьким, лінійно-ланцетним, косо вгору спрямованим листям, що закінчується білою щіточкою. Спороносні гілки переходять у довгу вилчасто розгалужену ніжку, яка несе 2 (рідше 3—5) довгих циліндричних спороносних колоски. Спори достигають у липні — серпні.

Росте в лісах і на пісках. Зустрічається в Карпатах, на Поліссі, в північній частині Лісостепу.

Спори плауна — дрібненький, блідо-жовтий, жирний на дотик порошок. Вони містять до 50 % жирної невисихаючої олії, яка складається з гліцеридів олеїнової, стеаринової і діоксистеаринової кислот. Виявлено також гідрокофейну кислоту і протеїни.

У медичній практиці застосовують як дитячу присипку та для виготовлення пілюль. У народній медицині спори і надземну частину вживають при захворюваннях печінки, дихальних шляхів, для присипання ран та при лікуванні сечового міхура.

Розмножується дуже легко, для чого його пересаджують у зволожене і затінене місце. Декоративна рослина.

Спороносні колоски плауна збирають починаючи з кінця липня, коли вони достигнуть і набудуть жовтого кольору, і до початку осені. В суху погоду спори навіть при найменшому дотику обсипаються, тому колоски слід збирати рано вранці або у вологу погоду. При збиранні можна використовувати ножиці, до нижнього леза яких припаяна металева коробка, а до верхнього — її кришка. Сушать колоски у звичайних печах при температурі 35—50 °С, а також у кімнатах або інших теплих приміщеннях, підклавши чисту підстилку. Після сушіння колоски просівають крізь густе волосяне або шовкове сито, щоб відокремити спори.

Подорожник великий (подорожник большой)
Plantago major L.

Лікувальні властивості цієї рослини добре знали лікарі Стародавньої Греції і Риму, а в середні віки — персидські та арабські медики. Цінувалася вона і в Київській Русі.

До XIV ст. подорожник був поширений лише в Східній півкулі. За часів великих подорожей, коли мореплавці шукали нових земель, його випадково завезли в Америку, де швидко поширився, і індійці почали називати рослину «слідами білої людини».

Подорожник великий — багаторічна трав'яниста рослина з родини подорожникових (Plantaginaceae). Листки широкояйцеподібні, цілокраї, довгочерешкові, з 3—9 дугоподібними поздовжніми жилками, зібрані в прикореневу розетку. Квітки дрібні, плівчасті, непоказні, блакитнуваті, зібрані в густе, довге циліндричне суцвіття — простий колос. Квіткових стрілок — по 1—3 на рослині, іноді більше. Цвіте з травня до жовтня. Трапляється повсюдно.

Листки містять індикановий глікозид аукубін, гіркі й дубильні речовини, каротин, вітамін С (20,7—42,2 мг%), незначну кількість невивчених алкалоїдів і вітаміну К, флавоноїди (0,01—0,02 %), маніт, сорбіт (1,5 %), лимонну та олеанолову кислоти. В насінні є слиз (до 44 %), жирна олія (близько 20 %) і вуглевод плантеоза (0,16 — 0,17 %).

Здавна подорожник високо шанується народною медициною багатьох народів світу і широко використовується як лікувальний засіб при зовнішніх ранах, ударах, нарівах, гнійних ранах, виразках на шкірі, опіках та на мозолі.

Сучасна медицина використовує препарати з листків (плантамацид у гранулах і консервований сік) при виразках шлунка і дванадцятипалої кишки, анацидних (із зниженою кислотністю) гастритах, гострих шлунково-кишкових захворюваннях (гастритах, ентеритах й ентероколітах), гострих та хронічних колітах. Крім того, подорожник діє як тонізуючий засіб, поліпшує апетит, збільшує вміст гемоглобіну в крові, сприяє підвищенню маси тіла. Ефективні препарати з нього при сечонетриманні та хворобах дихальних шляхів. Насіння подорожника проти дизентерії застосовували ще стародавні римські і грецькі медики.

У ветеринарній практиці препарати з листків подорожника використовують для лікування відкритих гнійних ран та підвищення зсідання крові у тварин.

Розмножується безпосереднім висівом насіння. Погано росте на важких запливаючих грунтах. Під зиму грунт перекопують на глибину 25—27 см. Насіння висівають на глибину 5 см. При весняній сівбі його стратифікують, а при літній і пізньоосінній висівають сухе насіння.

Листя збирають двічі за літо: перший раз — на початку цвітіння, другий — за 1,5—2 міс до осені (червень — середина липня).

Полин гіркий (полынь горькая)
Artemisia absinthium L.

Про полин як лікарську рослину згадують античні автори, які приписували їй велику цілющу силу. В середні віки вважали, що полин поліпшує травлення, зігріває тіло і виганяє отруту й жовч. У Росії в XVII ст. його використовували як засіб, що лікує гнійні рани та пухлини.

Про полин створено багато легенд. В одній з них розповідається, що половецькі орди, на чолі яких було два брати — хани Отрок і Сирчан, потерпіли поразку від Володимира Мономаха, після чого один з них пішов у глиб степів, а другий почав правити на Кавказі. Після смерті Володимира Сирчан запропонував Отроку повернутися в рідні краї. Але ображений хан не піддавався ніяким умовлянням. Тоді Сирчан послав до нього гінця з пучком сухого полину. Сталося чудо: вдихнувши аромат рідних степів, Отрок не міг устояти перед могутнім покликом батьківщини і повернувся.

Полин гіркий — багаторічна рослина (50—120 см заввишки) з міцним стрижневим коренем і коротким кореневищем з родини складноцвітих [Asteraceae (Compositae)]. Стебло пряме, гіллясте, як і вся рослина, білувато-сіроповстисте від притиснутих сріблястих волосків. Прикореневі листки довгочерешкові, трикутно-округлі, тричіперистороздільні, окремі частки їх ланцетні, цілокраї, на верхівці притуплені. Стеблові листки сидячі, чергові, перистороздільні, з лінійно-довгастими тупими сегментами. Суцвіття — верхівкова волоть з дрібними (2,5—3,5 мм у діаметрі), майже кулястими пониклими кошиками. Всі квітки в кошику трубчасті, двостатеві, з жовтою оцвітиною. Плід — довгасто-оберненояйцеподібна сім'янка, без чубка.

Росте в змішаних і листяних лісах, на галявинах, вирубах, уздовж доріг та просік, на городах й в забур'янених місцях.

Містить глікозиди абсинтин й анабсинтин, які надають траві дуже гіркого смаку, ефірну олію, азулен, смолисті

та білкові речовини,солі яблучної й янтарної кислот, вітамін С, каротин.

Застосовують як засіб, що стимулює діяльність травних органів і підвищує апетит; має антианемічні властивості. В гомеопатії вживають при пониженій кислотності, захворюваннях печінки і жовчного міхура та як засіб від нежиті.

Полин можна культивувати на ділянці, яка не придатна для вирощування інших, більш вимогливих рослин. Його розмножують вегетативно поділом куща і насінням. Незібрана трава полину плодоносить, утворює мікрозарості, які можна використовувати при заготівлі лікарської сировини.

Одна рослина утворює понад 100 тис. сім'янок, які добре проростають з поверхні грунту або з незначної глибини.

Заготовляють траву у фазі цвітіння (липень — серпень). Її верхівку зрізують ножами або серпами. Сушать на горищах під залізним дахом або під навісами з доброю вентиляцією, розкладаючи тонким шаром на мішковині чи папері.

Ревінь тангутський (ревень тангутский)

Rheum palmatum L. var. tanguticum Maxim.

Хто з нас не купував ранньою весною соковиті червонуваті стебла ревеню. Але, напевне, мало кому відома історія цієї непримітної рослини. У Китаї з лікувальною метою її застосовували ще в 2700 р. до н. е. В Європі дізналися про ревінь завдяки арабським лікарям, але першим європейцем, який описав збирання цієї рослини, був славетний мандрівник Марко Поло (XIII ст.).

Китай почав торгувати ревенем з Росією у XVI ст. В 1873 р. відомий російський мандрівник і дослідник М. М. Пржевальський також спостерігав збирання ревеню. Він підтвердив розповідь М. Поло і привіз насіння. З цього насіння в ботанічному саду у Петербурзі і зібрали перший урожай в Росії і Східній Європі.

Ревінь — багаторічна трав'яниста рослина з родини гречкових (Polygonaceae). Кореневище коротке, товсте, від нього відходять великі веретеноподібні корені. Стебло пряме, товсте, всередині порожнисте, заввишки до 2,5 м, діаметр 4—5 см. Листки прикореневі, дуже великі, довгочерешкові, утворюють розетку. Черешки до 30 см завдовжки, товсті, округлі, листкові пластинки долонеподібно-п'яти,-семилопатеві, глибоконадрізані, завдовжки до 1 м з черешком. Стеблові листки чергові і охоплюють стебло сухими піхвами, значно дрібніші за прикореневі. Прикореневі листки розвиваються поступово і аж до осені. Квітки мають просту рожеву або білу оцвітину; вони

зібрані в прямостоячі волоті, розміщені на кінці стебла або в пазухах верхніх листків. Плоди — червоно-бурі тригранні сім'янки, ребра яких перетворені на крила.

У дикому стані зустрічається в гірських районах Тібету, Південної Монголії і Північного Китаю. В нашій країні почали культивувати в Сибіру ще в XVIII ст. На Україні — після Великої Жовтневої соціалістичної революції (Київська область).

Ревінь містить антра- і таноглікозиди, які зумовлюють його лікувальну дію.

Препарати з ревеню (порошок, таблетки, спиртова настойка, сухий екстракт) використовують як в'яжучий і протизапальний засіб. Малі дози (0,05—0,2 г) ревеню підвищують апетит, регулюють діяльність шлунка, особливо рекомендується при катарі останнього. Великі дози (0,5—1 г) викликають посилення перистальтики кишечника, в результаті чого через 8—10 год після прийому проявляється проносна дія.

Ревінь — вологолюбна і морозостійка рослина. Насіння його починає проростати при температурі 2 °С. Оптимальна температура для проростання — 25—30 °С. Молоді сходи і відростаючі після зими рослини витримують заморозки до —5 °С. Кількарічні кореневища на зиму можна не вкривати.

Щоб одержати міцну і розгалужену кореневу систему, яка є основною лікарською сировиною, ділянку орють на глибину 25—30 см. Насіння можна висівати як рано навесні, так і влітку або під зиму. Кращі результати дають весняні посіви. Насіння висівають у рядки з міжряддями 60—70 см. Норма висіву — 8 кг/га.

У перший рік ревінь росте повільно, утворюючи розетку з 5—7 листків. У наступні роки ріст прискорюється. Дуже чутливий до вологи: при нестачі погано росте, при надлишку гниють корені.

Сходи після сівби з'являються на 10—15-й день. Грунт під ними зразу ж розпушують, бур'яни видаляють. Наступний догляд — розпушення на глибину 4—6 см. Посіви другого і третього років вегетації рано навесні очищають від минулорічних відмерлих стебел й листків, після чого підживлюють та культивують на глибину 6—8 см.

У кінці другого року листя добре розростається і рядки змикаються. У рослин третього і четвертого років це відбувається через місяць після відновлення росту. Щоб збільшити масу коренів, з стебел видаляють усі суцвіття. Потрібно також вести боротьбу з шкідниками.

Корені ревеню заготовляють восени на 4—5-й рік культивування. Їх викопують лопатами, швидко промивають холодною водою і ріжуть на шматки до 10 см завдовжки (великі корені — ще вздовж). Після 10—15-денного прив'ялювання їх досушують у сушарках при температурі 40 °С або в хорошу погоду на повітрі.

Родіола рожева (родиола розовая)
Rhodiola rosea L.

Протягом більш як чотирьох сторіч кореневище родіоли рожевої було одним з найпопулярніших тонізуючо-стимулюючих засобів народної медицини. Згодом його використовували у вигляді настойки на горілці як засіб, що підвищує працездатність, знімає втому, особливо при занепаді сил у старшому віці. Крім того, настойку вживали при діабеті, анемії, хворобах печінки та шлунка, зубних болях тощо.

Це — багаторічна з дерев'янистим стрижнем, вкритим скупченими лусковидними листками, часто майже редукованими, рослина від 10 до 40 см заввишки з родини товстолистих (Crassulaceae). Стеблові листки чергові; еліптичні або ланцетні, від середини або у верхній третині зубчасті. Суцвіття щитковидні. Квітки одностатеві, 4—5-членні, жовті або зеленуваті, у жіночих пелюстки часто недорозвинуті. Цвіте з червня по серпень. Після відцвітання утворюються плодики — листянки з коротким носиком, спрямованим догори. Вони набувають красивого червоного забарвлення. Кореневище товсте, вузлувате, неправильної форми, з кількома тонкими коренями. Іноді воно досягає 15 см у діаметрі і маси майже 1 кг. Зовні кореневище бурувате або ж кольору бронзи чи старовинної позолоти з своєрідним перламутровим блиском. Від цього і пішла дивна, на перший погляд, народна назва цієї рослини — золотий корінь.

Росте в альпійському поясі Українських Карпат на хребтах Свидовець, Чорногора, зрідка на високогірних кам'янистих розсипах, задернілих вологих виступах скель, альпійських луках, подекуди серед субальпійського криволісся, по берегах гірських потоків і струмків.

На зрізі кореневище біле або жовтувате, при сушінні набуває рожевого кольору. Смак — гірко-в'яжучий. Свіжий зріз або розлам кореня має запах троянд. Саме з цим пов'язана латинська назва роду. Родіола рожева — поліморфний, тобто мінливий, вид. У його межах ботаніки розрізняють щонайменше 10 підвидів та кілька різновидів.

Вважають, що основною діючою речовиною родіоли є

глікозид салідрозид, або родіолозид. У кореневищі містяться дубильні речовини, флавоноїдні глікозиди, ефірні олії, органічні кислоти (галова, щавелева, янтарна, лимонна, яблучна), крохмаль тощо.

Спиртову настойку золотого кореня в народі вживають як стимулююче, для поліпшення слуху, при перевтомі, неврозах, артеріальній гіпертонії.

З 1966 р. офіційно дозволений для використання очищений екстракт кореневищ родіоли рожевої на 40°-ному спирті. За властивостями він схожий на женьшень і підвищує опірність організму різноманітним несприятливим явищам (тобто належить до рослинних стимуляторів).

Як показали дослідження, в Карпатах родіола рожева стала рідкісною рослиною, кількість місць зростання якої дедалі скорочується. Тому вона потребує ретельної охорони.

Родіолу з успіхом можна вирощувати у відкритому грунті на присадибних ділянках. Особливо добре росте на зволожених штучно створених кам'янистих гірках. Розмножується насінням і поділом кореневища. Другий спосіб — простіший. Корені для культивування викопують восени або навесні і висаджують у дещо затінене місце на відстані 25—30 см один від одного. Догляд полягає в розпушенні грунту та видаленні бур'янів. Вже на другий рік можна збирати урожай.

Корені викопують восени. Їх очищають від землі і сушать при температурі 40—50 °С або в добре провітрюваних приміщеннях.

Ромашка лікарська (ромашка аптечная)
Matricaria recutita L. M. chammomilla L.

Ромашка як лікарський засіб високо цінувалася ще лікарями Стародавньої Греції і Риму. Не меншою славою вона користується і нині.

Це — однорічна трав'яниста рослина з родини складноцвітих [Asteraceae (Compositae)] заввишки 40—50 см. Стебло сильно розгалужене. Листки сидячі, з лінійними або навіть нитковидними сегментами. Квітки — в кошиках, кошики численні. Ложе суцвіття дуже випукле. Крайні квітки білі, середні — жовті. Цвіте з травня до жовтня. Росте по забур'янених місцях, біля жител, у городах і садах.

Лікарською сировиною є кошики. В них містяться ефірна олія (0,2—0,8 %), до складу якої входить хамазулен, а також терпени, сесквітерпени, спирти, флавоноїди, лактони, кумарини, органічні кислоти, вітаміни, гіркоти і камеді.

Ромашка — один з найбільш поширених рослинних лікарських засобів. Внутрішньо використовується при простудних та шлунково-кишкових захворюваннях, як вітрогінне; зовнішньо — для припарок, примочок, полоскань та клізм як пом'якшувальний, протизапальний і легкий антисептичний засіб. Входить у різні збори та заварюється як чай.

Ромашку культивують з давніх часів. Вегетаційний період її короткий — 60—70 днів, а повний цикл розвитку триває 3—4 міс. Насіння починає проростати при температурі 3—4 °С і при 20—30 °С повністю сходить за 10 днів. При висіві пізно восени розвивається як озима культура.

Під ромашку лікарську відводять родючі грунти середнього механічного складу. Кращі попередники — чистий пар, озимі, що йдуть по чистому пару, просапні культури. Якщо під неї відведено ділянку з-під озимих, то слідом за їх збиранням лущать стерню, а у вересні орють на зяб на глибину 22—25 см. Під осінню оранку, як правило, вносять 300—400 кг/100 м^2 органічних добрив.

Розмножується насінням. Ромашку можна сіяти в два строки: восени — за 1—1,5 міс до настання морозів і за кілька днів до заморозків. Найкращі результати дають підзимові посіви. Норма висіву насіння при осінній сівбі — 20—25 г/100 м^2, при підзимовій — 30 г. Глибина загортання в першому випадку — 0,5—1 см, а в другому загортання непотрібне. Ширина міжрядь — 40 см. Щоб зберегти вологу і запобігти видуванню насіння з грунту, зразу після сівби його прикочують.

Перше маркірування міжрядь проводять вручну, щоб не засипати землею дрібні сходи. Коли вони зміцніють, міжряддя розпушують культиватором, а рядки прополюють вручну.

Кошики збирають улітку в суху погоду, повторюючи це кілька разів у міру її розпускання, і зразу ж сушать у затінених, добре провітрюваних місцях, розклавши якомога тоншим шаром. Сировину краще зберігати у фарфорових банках з кришками.

Синюха блакитна (синюха голубая)
Polemonium coeruleum L.

Корені цієї рослини дуже багаті на сапоніни, що було виявлено фармакологом М. Н. Варламовим у 1932 р. Після того її рекомендовано на заміну імпортної американської сенеги як відхаркувальний засіб.

Синюха блакитна — багаторічна трав'яниста рослина з родини синюхових (Polemoniaceae). Кореневище товсте, горизонтальне, з густими мичкуватими коренями. Стебло

одне, рідше кілька, заввишки до 40—100 см, прямостояче, порожнисте, просте або у верхній частині розгалужене. Листки чергові, нижні — черешкові, верхні — сидячі, непарноперисті, складаються з довгастих яйцеподібно загострених листків. Квітки зібрані у суцвіття. Плід — яйцеподібні або майже округлі тригнізді багатонасінні коробочки. Насіння чорне, завдовжки до 3 мм. Цвіте в червні — липні. Плоди достигають у липні — серпні.

Кореневище і корені, крім сапонінів, містять смоли, ефірну олію, органічні кислоти, вітамін С та інші сполуки.

Використовується при бронхітах і як знеболювальний засіб. За силою заспокійливої дії на центральну нервову систему синюха переважає валеріану в 8—10 разів. Разом із сухоцвітом драговинним дає непоганий ефект при лікуванні виразки шлунка.

Вологолюбна рослина, стійка проти низьких температур. Дуже чутлива до високих температур та посух, особливо на початковій стадії розвитку. В перший рік вегетації утворює розлогу розетку з прикореневих листків. На другий рік росте дуже швидко і в кінці травня — на початку червня зацвітає. Насіння достигає в першій або другій декаді липня.

Синюху вирощують на низинних ділянках з неглибоким заляганням грунтових вод, на структурних родючих грунтах легкого механічного складу. Висівають під зиму або рано навесні на глибину 1—2 см. Ширина міжрядь — 45—50 см. Добрива вносять під зиму з розрахунку 1 кг аміачної селітри і 1,5 кг суперфосфату на 100 м^2. Норма висіву — відповідно 10—12 і 8—10 кг/га.

Догляд за плантацією полягає в розпушенні грунту міжрядь, прополюванні посівів, підживленні рослин та боротьбі з шкідниками.

Заготовляють сировину в кінці першого або другого року вегетації. Корені викопують, очищають від землі й стебел, розрізують вздовж на частини, швидко миють, щоб не втрачали діючих речовин, і пров'ялюють. Досушують у сушарках при температурі 50—60 °С.

Смородина чорна (смородина черная)
Ribes nigrum L.

З давніх-давен смородина чорна у слов'янських народів відома і як харчова, і як лікарська рослина. За цілющі властивості її культивують у різних країнах світу. Декоративна рослина.

Це — кущ заввишки 50—150 см, з пальчасто-лопатевими листками, які мають на нижній поверхні смолисті за-

лозки, що надають рослині своєрідного аромату. Квітки зібрані пониклими китицями. Плід — чорна, пахуча, багатонасінна ягода.

В дикому стані росте в європейській частині СРСР та в Сибіру.

Чорна смородина містить вітаміни С (від 80 до 400 мг%), Р, цукор, органічні кислоти.

У народній медицині ягоди застосовують при простудних захворюваннях і для поліпшення апетиту. Листя входить до складу вітамінних зборів. Їх використовують також проти золотухи і як пряноші.

Ягоди і листки рослини мають антимікробні властивості. Фітонциди, що містяться в них, знезаражують навколишнє середовище, а сік ягід зберігає бактерицидну дію протягом місяця.

Смородина — прекрасний полівітамінний засіб, вона тонізує серцево-судинну систему і дає ефект при лікуванні інфекційних захворювань з явищами геморагічного діатезу.

Плоди і листя використовують як потогінний і діуретичний засіб, а також проти ревматизму.

З ягід виготовляють варення, джеми й желе.

Розмножують поділом куща, відсадками та живцями. Вважається, що найпростіший спосіб — відсадками. При сприятливих умовах з них можна збирати врожай уже на другий рік після пересаджування на постійне місце. Заготовляють стиглі ягоди.

Собача кропива п'ятилопатева

(пустырник пятилопастный)

Leonurus quinquelobatus Gilib.

Про собачу кропиву як лікарську рослину згадується в західноєвропейських і вітчизняних травниках ще в XV ст. Особливо широкого застосування у медицині вона набула в 30-х роках нашого століття. Так, румунські медики застосовували її як серцевий і заспокійливий засіб. Славетний французький вчений Пастер рекомендував кропиву при базедовій хворобі та епілепсії. В Англії її призначали проти невралгії. Видатні вітчизняні вчені М. В. Вершинін, Д. Д. Яблоков своїми дослідженнями довели, що собача кропива — високоефективний заспокійливий засіб і за дією у 2—3 рази переважає валеріану.

Це — багаторічна трав'яниста рослина (25—100 см заввишки) з родини губоцвітих [Lamiaceae (Labiatae)]. Стебло прямостояче, розгалужене, чотиригранне, як і вся рослина, опушене короткими або довгими відстовбурченими волосками. Листки супротивні, черешкові, округло-

яйцеподібні, яйцеподібні або ланцетні, майже до середини пальчасто-розсічені, з серцеподібною основою, знизу — білуватоповстисті. Верхні листки трилопатеві. Квітки неправильні, зрослопелюсткові, у пазушних кільцях зібрані на верхівках пагонів.

Плід — розпадний чотиригорішок. Горішки тригранні, зверху плоскі. Дозрівають у липні — серпні.

Росте як бур'ян на засмічених місцях, пустирях, схилах, у занедбаних садах, під огорожами. Цвіте в червні — липні.

У траві, зібраній у фазі цвітіння, виявлено алкалоїди, дубильні, гіркі і цукристі речовини, ефірну олію (0,05 %), флавоноїди (кверцетин, рутин, квінівелозид), р-кумаринову кислоту, сліди вітамінів С і А.

Лікарською сировиною є верхівки квітуючих рослин. Настій використовують при серцево-судинних неврозах, кардіосклерозі, стенокардії, міокардії; склерозі мозкових судин, початковій стадії гіпертонії, епілепсії. У народній медицині, крім того, вживають при головних болях, катарах легень, при застарілому кашлі. Травою лікують ревматизм, астму, застосовують як сечогінне.

Собачу кропиву як багаторічну рослину можна культивувати на одному місці 3—4 роки. Основний спосіб розмноження — насінням (на невеликих ділянках можна і поділом куща). Сіють під зиму або рано навесні. В першому випадку насіння висівають перед стійкими заморозками. Для весняної сівби насіння стратифікують.

Норма висіву залежить від часу і способу сівби. При рядковому ранньовесняному з міжряддям 60 см рекомендують висівати 7—8 кг/га, при передзимовому норму збільшують на 12—15 %. Загортають насіння на глибину відповідно 2 і 1—1,5 см. Щоб прискорити появу сходів, грунт прикочують.

У перший рік догляд за посівами полягає в розпушенні грунту, видаленні бур'янів та підживленні. Рекомендується вносити під основну оранку по 0,25 т гною, 3 кг суперфосфату і 2 — хлористого калію на 100 м^2. Після дружних сходів міжряддя культивують. На другий і наступні роки рано навесні збирають сухі стебла. До початку росту собачої кропиви грунт розпушують. Після відростання — культивують, а рядки прополюють.

Збирають верхівки стебел з листками і квітками в період цвітіння (червень — вересень), коли рослина найбільш багата на діючі речовини. Для збереження їх максимальної кількості сировину швидко висушують у добре

провітрюваному приміщенні без доступу сонячних променів.

Солодка гола (солодка голая)
Glycyrrhiza glabra L.

Хунчир, або гань-цао,— «солодка трава» — цінилася китайськими лікарями майже так само, як і легендарний корінь життя — женьшень. Корені солодки часто згадуються в стародавній медичній енциклопедії — папірусі Еберса. Їх використовували шумери та народи, які в сиву давнину населяли територію Індії і Тібету. У VI ст. до н. е. на північному узбережжі Чорного моря грецькі міста-колонії у великій кількості закупляли у скіфів солодкий, так званий скіфський, корінь. Такі стародавні авторитети медицини, як Гіппократ і Гален, широко використовували її в своїй практиці.

За даними посібника тібетської медицини «Жуд-ші», препарати солодки «надають квітучий вигляд», «сприяють довголіттю, діючи позитивно на шість почуттів людини».

Це — багаторічна трав'яниста рослина з родини бобових (Fabaceae). Її могутня коренева система залягає глибоко в грунті, завдяки чому солодка добре переносить посуху. Кореневище багатоголове, вертикальне. Від нього на деякій глибині в усі боки відходять горизонтальні пагони, які закінчуються бруньками, а вертикально вниз іде корінь. Він простий або малогалузистий, завдовжки до 1,5 м і більше, завтовшки до 3,5 см. Горизонтальні пагони місцями укорінюються, даючи початок новим рослинам. Стебел кілька, заввишки до 2 м. Листки чергові, непарноперисті, яйцеподібні, з нижнього боку золотисто-волосисті, липкі. Квітки метеликові, з білувато-фіолетовим віночком, розміщені густими, майже колосовидними китицями на довгих пазушних квітконіжках.

Плід — біб бурого кольору.

Росте по берегах степових річок, у солонцюватих степах. Зустрічається на південному сході європейської частини СРСР.

В коренях і кореневищі міститься 20—23 % гліциризину (речовина, яка в 40 разів солодша за цукор), гліциризинова кислота, калієва і кальцієва солі гліциризинової кислоти, флавоноїди, глюкоза, ефірна олія, жовтий пігмент, вітамін С та аспарагін.

Солодка з давніх-давен входила до складу багатьох лікувальних засобів, які використовували для лікування грудних хвороб, астми, кашлю і т. п. Порошок з неї відомий

як основа при виготовленні пілюль і як засіб, що поліпшує запах та смак ліків.

Нові експериментальні дослідження показали, що сума флавоноїдів солодки діє протизапально і сприяє загоюванню виразки шлунка. А препарати солодки і чиста гліцирізинова кислота регулюють водно-сольовий обмін й діють подібно до оксикортикостерону.

Рослину використовують також у пивоварінні, в кондитерській промисловості, для підгодівлі бджіл у безвзяткові періоди навесні.

Розмножують поділом кореневої системи. Корені висаджують рядками на відстані 40 см один від одного. За сприятливих умов сировину (корені з кореневищами) заготовляють через 3—4 роки.

Можна розмножувати і насінням, яке висівають восени на глибину 1—2 см; ширина міжрядь — 35—40 см. У перший рік рослина утворює пагони заввишки 20 см, на другий — 100, на третій і наступні роки генеративні пагони досягають 130 см. Цвіте в червні, масове достигання плодів спостерігається у вересні.

Заготовляють підземні органи восени (вересень — жовтень) або рано навесні, на початку відростання (квітень). Їх викопують лопатами, обтрушують землю і обрізують ножами надземну частину. Для прискорення сушіння з коренів після пров'ялювання гострими ножами знімають кору і складають у невеликі купки на сонці для досушування.

Спориш звичайний (горец птичий)
Polygonum aviculare L.

Історія застосування споришу з лікувальною метою налічує не одне тисячоліття. Ще стародавні лікарі Пліній та Діоскорид взяли на озброєння цю рослину і призначали при різних внутрішніх хворобах. У середні віки її застосовували для розчинення та виведення каменів з організму.

Це — трав'яниста рослина з родини гречкових (Polygonaceae). Стебло нитковидне, гіллясте, переважно лежаче. Листки еліптичні або ланцетні, звужені в дуже короткий черешок. Квітки дрібні, зелені, по краях червонуваті, сидять пучками в кутках листків. Плід — горішок. Цвіте з травня до кінця осені.

Одна з найпоширеніших рослин. Росте по дворах, при шляхах, на вигонах, постійних сухих пасовищах, біля жител, на полях.

Трава містить дубильні речовини (до 40 %), глікозид

авікулярин, каротин, вітамін С, кремнієву і щавлеву кислоти, слиз, цукор, віск і сліди смоли.

У народній медицині її застосовують при поносах, захворюваннях сечового міхура, шлунка, при жовчних каменях та каменях нирок, при лікуванні коклюшу.

Препарати споришу підвищують зсідання крові, знижують артеріальний тиск, збільшують амплітуду дихальних рухів та діурез. Крім того, рослина сприяє збільшенню маси як тварин, так і людей Давно вже помічено в народі, що гуси при годівлі їх споришем гладшають, корови збільшують надої, молоко стає кращим на смак. З коренів можна приготувати синю фарбу. Останнім часом рослину рекомендується використовувати для залуження аеродромів, стадіонів тощо.

Розмножується насінням, яке прилипає до ніг тварин, людей, до коліс машин тощо і так поширюється. При необхідності можна вирощувати поділом кущів. Укоренившись, рослина швидко росте, розростається і дає високий урожай.

Траву заготовляють у період цвітіння, коли стебла ще не встигли затвердіти, і зразу ж сушать у затінку чи в добре провітрюваних приміщеннях.

Суниці лісові (земляника лесная)

Fragaria vesca L.

Добре відомі з доісторичних часів. Археологічні дані свідчать, що вони входили до меню людиноподібних мавп. У сиву давнину були популярні в Середземномор'ї. Про них згадують Вергілій, Овідій та ін. Лікувальні властивості вперше описав Апулей.

Були популярні і в давніх слов'ян. У літературі Стародавньої Русі вони описані як харчовий і лікувальний засіб.

Суниці лісові — багаторічна трав'яниста рослина 5—30 см заввишки з родини розових (Rosaceae). Буре кореневище горизонтальне або скісне, з довгими повзучими пагонами. Стебло пряме, волохате. Листки — трійчасті, прикореневі, з сидячими овально-ромбічними великозубчастими листочками, темно-зелені, зверху майже голі, знизу — сизувато-зелені, пухнасті. Суцвіття щитковидні. Квітки двостатеві, сидять на довгих квітконіжках, пухнастих від притиснутих до стебла волосків, пелюстки квіток білі. Цвітуть у травні — червні. Плоди — численні сухі зернятка на ягоді. Останні з приємним запахом і смаком, зеленувато-червоні або яскраво-червоні.

Ростуть у лісах, серед чагарників, на узліссях, галявинах, сухих і трав'янистих схилах, зрубах. У лісових райо-

нах та в північній і середній частинах Лісостепу зустрічаються частіше, у напрямку на південь рідшають. В Криму ростуть у передгір'ях і навіть у горах.

Плоди містять цукри (до 10 %), лимонну, яблучну і саліцилову кислоти (1,6 %), дубильні й біологічно активні речовини, пектин, залізо, мікроелементи. Вони багаті на вітаміни: вітаміну С — до 60 мг%, каротину — 0,08, вітаміну B_1 — 0,03, вітаміну B_2 — 0,1, вітаміну К — 0,1 мг%. Листки містять вітамін С (100 мг%), їх вживають як сурогат чаю.

У народній медицині суниці вживають як потогінний і сечогінний засіб, при хворобах печінки, нирок, недокрів'ї та білокрів'ї, туберкульозі легень, безсонні. Листки — при гіпертонії, корінь — від ревматизму, свіжі плоди — проти екземи. Використовують у гомеопатії та косметичній практиці.

У науковій медицині плоди і листя призначають як слабкий сечогінний засіб, при подагрі, ниркових каменях, жовчокам'яній хворобі, маткових кровотечах, недокрів'ї. Листки у вигляді чаю — для полоскання рота при поганому за́пасі.

Свіжі ягоди цілюще діють на організм людини. Та й у продуктах переробки суниці зберігають аромат і властивості свіжих плодів.

Розмножуються дуже легко насінням і вегетативно (надземними пагонами). Швидко розростаються, тому потребують постійного догляду.

Стиглі ягоди збирають уранці в суху погоду або в кінці дня до появи роси. Листки — під час цвітіння, обриваючи їх без черешків. Сушать на горищах або під наметом.

Тирлич жовтий (горечавка желтая)

Gentiana lutea L.

У середні віки ним лікували туберкульоз і лихоманку. Ще раніше, як повідомляють Діоскорид та Пліній старший, коренем цієї рослини вилікувався від чуми іллірійський цар Генціус. За етимологічними даними, саме від його імені походить латинська назва тирличу — генціана.

Скільки різних легенд розповідають верховинці про тирлич. Йому приписували магічну силу, вірили, що ця рослина приносить щастя і повертає молодість. Тому рано навесні, коли пробуджуються від зимового сну карпатські плаї, або пізньої осені, як опаде листя, сходили за тирличем гуцули на гірські вершини, полонини та скелясті громаддя. Вважалося, що найдивовижніші властивості мають корені завбільшки з людський кулак, зібрані на світанні у гірській

пущі. Наукою встановлено, що тирлич тільки збуджує апетит, тому нищити вже обмежені його зарості в Карпатах не варто. Зникаючий вид. Внесено до «Червоної книги Української РСР». Охороняється законом.

Це — багаторічна трав'яниста рослина з родини тирличевих (Gentianaceae). У перші 2—3 роки утворює лише прикореневу розетку. Стебло прямостояче, нерозгалужене, порожнисте, до 100 см заввишки і 2 см у діаметрі, з товстим багатоголовим кореневищем. Листки еліптичні або широкоеліптичні, до 30 см завдовжки і до 15 см завширшки, нижні — на коротких черешках, верхні — сидячі, напів стеблообгортні. Квітки на довгих ніжках зібрані в пазушні півзонтики. Плід — багатонасінна коробочка. Цвіте в липні — серпні.

Росте на полонинах, у розріджених гірських чагарниках, у високогірному рідколіссі з ялини на висоті 1200—2000 м над рівнем моря.

Зустрічаються поодинокі кущі і групи.

Корінь містить кілька глікозидів, з яких найважливішим є дуже гіркий генціопікрин, а також алкалоїди та ефірну олію.

Фармакологічні дослідження показали, що гіркі глікозиди впливають на підсилення перистальтики шлунка. Використовується як засіб, що збуджує апетит і поліпшує травлення. Входить до складу гірких настойок та апетитних зборів. Застосовують у гомеопатії, а також у пивоварінні.

Вологолюбна рослина, не переносить високої температури. Росте і розвивається повільно. В культурі цвіте на 6-му році життя, в природних умовах — на 1—2-му. В останньому випадку спостерігається періодичність у плодоношенні, що на думку Д. С. Івашина (1960), пояснюється вичерпанням запасів пластичних речовин. Маса 1000 насінин — 0,88—0,9 г.

Під культуру тирлича відводять ділянку, захищену від північних і північно-східних холодних вітрів. Найбільш сприятливі для неї родючі, багаті на вапно, добре оструктурені грунти. Найкращі попередники — чорний пар та просапні культури. Восени основну оранку проводять на глибину 25—35 см. Рано навесні грунт боронують. Перед садінням розсади його знову переорюють на глибину 13—15 см з наступним боронуванням.

Під тирлич як вибагливу рослину вносять перепрілий гній з розрахунку 500—600 кг/100 м^2, а на підзолистих грунтах ще й вапно — 150—300 кг/100 м^2.

Розмножують насінням і вегетативно. Насіння збирають у вересні — жовтні з природних заростей. Найкращі сходи дає свіжозібране або стратифіковане насіння, висіяне в спеціально підготовлений грунт. Ділянку орють на глибину 13—15 см, одночасно боронують, після чого на ній нарізають рядки, по яких маркером роблять поперечні борозни з відстанню 8 см. Насіння висівають на глибину до 1 см. При вирощуванні розсади беруть 10 г насіння на 100 м^2, а при насінному розмноженні — 30 г/100 м^2. Потім рядки вкривають шаром перегною завтовшки 0,5 см.

Навесні при появі сходів посіви проріджують, залишаючи рослини на відстані 6 см одна від одної. При появі двох пар справжніх листків їх пересаджують на постійне місце. Це слід робити на першому і, в крайньому разі, на другому році життя, бо тирлич погано переносить пересаджування. При цьому необхідно пам'ятати, що стрижневий корінь рослини йде глибоко в грунт, тому вибирати її треба обережно, щоб не пошкодити його.

Перед садінням поле маркірують. Розсаду висаджують з міжряддям 60 см та відстанню між рослинами в рядках — 30—35 см. Догляд за посівами полягає в систематичному розпушенні міжрядь та прополюванні бур'янів.

Корені викопують восени на 5—6-му році культивування, що залежить від стану плантації, росту рослин, урожайності тощо. Викопану сировину очищають від землі, розрізують на шматки завдовжки 10—20 см, промивають холодною водою і сушать у сушарках при температурі 35 °С або на горищах.

Троянда столиста (роза столистная)
Rosa centifolia L.

Граціозні форми, ніжне забарвлення, витончений аромат троянди з незапам'ятних часів чарували людей. Тому й створено безліч легенд про цю чарівну, ніжну й чудову квітку.

За стародавньою індійською легендою, прекрасна богиня Лакшмі народилася з пуп'янка троянди. У древньому грецькому міфі розповідається, що прегарний юнак Адоніс, який уособлював прихід весни, постав із куща троянди. У Персії так шанували царицю квітів, що навіть країна одержала назву Гюлістан — країна троянд.

У Римі цю квітку вважали символом хоробрості, нею нагороджували за доблесть. В Афінах часів Аристофана трояндовий вінок одягали на шию переможцям змагань. Гірлянди квітів прикрашали колони і стіни залів у дні тріумфальних святкувань. Існує припущення, що «русаль-

на неділя» — давнє свято на Україні та в Білорусії — пов'язана з «розаліями» — святом римлян. У Росію троянда потрапила в XVI ст. Тривалий час нею милувалося лише родовите дворянство. Ширше почали культивувати на початку 70-х років XIX ст.

Кожний народ, кожна країна віддавале належне красі і принадності троянди.

Тепер внаслідок тривалої селекції створено понад 20 тис. сортів троянд, у тому числі близько 3000 чайногібридних.

Троянда столиста — невеликий кущ з родини розових (Rosaceae). Культивують у середній смузі УРСР, зокрема в західних областях; часто дичавіє.

З рослини добувають олію, яка входить до складу багатьох лікувальних мазей, косметичних есенцій тощо. Один грам олії на світовому ринку оцінюється в 2 г золота.

Широко використовують троянду у вітчизняній медицині. Чай з пелюсток п'ють при запаленні нирок, кишечника, печінки, шлунка, нирковокам'яній хворобі, захворюваннях сечового міхура. Варенням з пелюсток змащують ротову порожнину при стоматитах, особливо у немовлят. Раніше в аптеках з її пелюсток готували трояндову воду, мед, сироп тощо.

Розмножують вегетативно (живцями, окулірованням) і насінням. Останнє висівають восени у підготовлений грунт на глибину 1—1,5 см; ширина міжрядь — 30—35 см. Сходи з'являються в травні. Два роки рослини доглядають, після чого пересаджують на постійне місце.

Квіти заготовляють під час цвітіння. Роблять це дуже обережно: пошкоджені пелюстки швидко темнішають, товарна вартість їх знижується.

Фенхель звичайний (фенхель обыкновенный)
Foeniculum vulgare Mill.

Рослина була добре відома стародавнім єгиптянам. Часто на неї посилалися грецькі і арабські автори. В історії медицини згадується про одного англійського лікаря XVIII ст., який за допомогою фенхелю з успіхом лікував хворих від печінкових і ниркових каменів.

Це — багаторічна трав'яниста рослина з родини зонтичних (Apiaceae). У Радянському Союзі культивується як дворічна. Стебло пряме, округле, голе, всередині губчасте, блакитнувато-зелене. Нижні листки черешкові, з довгою піхвою, верхні — від тричі- до багатоперистих, майже сидячі. Квітки зібрані в складні зонтики. Плід голий, 5,5—7 мм завдовжки і 3—4 мм в діаметрі, коричнево-

зелений або сіро-зелений, з десятьма поздовжньо-тупими ребрами.

У дикому стані росте по берегах Середземного моря і на Кавказі. В СРСР культивують у південно-західній частині України та Краснодарському краї.

Плоди містять ефірну олію (3—6 %), основним компонентом якої є анетол, також жирну олію. Наукова і народна медицина використовує їх від кашлю, як вітрогінне і стимулятор травлення. З ефірної олії виготовляють кропну воду. Застосовують як пряноші в консервній промисловості, а також у ветеринарії.

У деяких країнах культивується як ефіроолійна і лікарська рослина.

Під фенхель відводять кращі грунти — чорноземи і вапняково-суглинкові. Сіють його рано навесні на глибину 1—1,5 см з міжряддям 30—35 см. Сходи з'являються на 10—20-й день. Під час вегетаційного періоду слід дбати, щоб ділянка була чистою від бур'янів. У перший рік життя цвіте в липні — серпні. Достигає у вересні.

Плоди збирають, коли вони побуріють. Спочатку вручну зрізують середні зонтики. Через кілька днів рослину скошують, зв'язують у снопики, просушують і обмолочують.

Хміль звичайний (хмель обыкновенный)

Humulus lupulus L.

Здавна на Україні відомий як декоративна рослина. В багатьох місцевостях можна побачити його як зовнішню зелену окрасу житла. Крім того, він цінна технічна і лікарська рослина. В культурі відомий з 768 р. до н. е. Найбільшого виробництва у світі досягнуто в 1956—1957 рр.— 56 млн. кілограмів.

Це — багаторічна дводомна рослина 3—6 м заввишки з родини коноплевих (Cannabinaceae). Кореневище м'ясисте, повзуче. Стебло витке, чотиригранне, шорстке. Листки супротивні, довгочерешкові, біля основи серцеподібні, 3—5-лопатеві (верхні — чергові, цілісні), округлі або яйцеподібні, по краю великопилчасті, зверху темно-зелені, зісподу — світліші, залозисті. Квітки одностатеві, верхівкові. Чоловічі суцвіття волотисті, жіночі — головчасті. Плід — однонасінний сплющений горішок. Росте у вільшаниках, серед сирих і мокрих чагарників. Цвіте в липні — серпні.

Суцвіття містять хмеледубильну кислоту, камеді, алкалоїд лупулін, смоли, флавоноїди, провітамін А та вітамін С. Молоді пагони і листки — вітамін С (95—190 мг%). Їх використовують для салатів і зелених борщів, ефірну

олію — у харчовій промисловості та парфюмерії. Вона входить до складу препарату валокардин, що застосовується при серцево-судинних хворобах.

У народній медицині суцвіття вживають при хворобах печінки, жовчного міхура, катарі шлунка і гастритах, туберкульозі легень, головних болях, запаленні нирок, малярії, як заспокійливий і протипухлинний засіб. Зовнішньо шишки використовують для примочок і припарок від синців, для ароматичних ванн, виготовлення мазі проти наривів, екзем та виразок.

У науковій медицині призначають як заспокійливий, протиспазматичний, сечогінний і бактерицидний засіб.

Останнім часом у шишках виявлено гормон естроген, за допомогою якого регулюють кількість вуглеводів і мінеральних солей в організмі людини.

В суміші з іншими речовинами хміль як антисептик використовують при зберіганні плодів та овочів. Шишки — при виготовленні пива, дріжджів. Із хмелю добувають волокно, з якого виготовляють мотузки, брезенти, мішковини. Лупулін надає стійкого зеленого, червоного і коричневого кольору тканинам, лакам.

Розмножують живцями та поділом коренів навесні.

На Україні, особливо в західних областях, широко культивують для одержання шишок. До речі, рогатинський хміль на Празькій виставці 1878 р. здобув першу премію.

Шишки збирають до запліднення хмелю (приблизно в середині серпня), коли вони набувають зеленувато-жовтого забарвлення, разом з плодоніжкою і сушать у затінку.

Цикорій дикий (цикорий дикий)

Cichorium intybus L.

Завдяки їстівним, лікувальним та іншим властивостям цикорій культивують у країнах Середземномор'я, в Англії, Індії та Японії. Широко використовували в нас як у медицині, так і в харчовій промисловості.

Це — багаторічна трав'яниста рослина заввишки 30—140 см з родини складноцвітих [Asteraceae (Compositae)]. Кореневище товсте, веретеноподібне, із галузистим стеблом з розчепіреними гілками. Прикореневі листки виїмчасто-перистороздільні, стеблові — ланцетні, гострозубчасті, стеблообгортні, верхівкові — цілокраї. Кошики сидячі. Квітки блакитні, рідше білі. Цвіте у червні — вересні.

Росте як бур'ян по краях доріг, біля канав, на межах, по схилах, на сухих пасовищах.

Корінь цикорію багатий на інулін та гіркий глікозид інтибін — безбарвну желатиноподібну масу, в'яжучі і білкові речовини, пектин, цукор, смолу. Квітки містять глікозид цикоріїн. У листках та насінні виявлено протокатехіновий альдегід та алкалоїди. У молочному соку рослини є гірка речовина лактуцин, лактукопірин і тараксастерол.

Широко використовується цикорій народною медициною: всередину — при хворобах шлунково-кишкового тракту, цирозах печінки, пухлинах селезінки; зовнішньо — при лікуванні екземи. Препарати з нього підвищують сечовиділення, регулюють обмін речовин, заспокійливо впливають на нервову систему.

М'ясисті корені рослини здавна застосовують як сурогат кави (інулін при розкладі утворює оксиметилфурфурол, аромат якого нагадує жарену каву). З них добувають дуже цінний сироп для кондитерського і консервного виробництва, він є сировиною для виготовлення спирту.

Подекуди листя рослини вживають як салат.

Розмножується насінням і вегетативно (коренями). Насіння висівають у підготовлений грунт на глибину 1—2 см восени або після стратифікації навесні. Ширина міжрядь — 30—40 см. Догляд за культурою полягає в розпушенні грунту та видаленні бур'янів. У кінці першого року життя рослина утворює розетку листків. Дво- і багаторічні рослини починають вегетувати в квітні. Цвіте з липня по жовтень, плоди починають достигати в серпні. Урожайність культурних форм — 2 ц/100 м^2.

Листки і квіти заготовляють під час цвітіння, корені — восени або навесні до початку сокоруху.

Цмин пісковий (бессмертник песчаный)
Helichrysum arenarium (L) Moench.

Оскільки в рослині дуже мало води і вона після зрізування тривалий час зберігає початковий вигляд, її називають безсмертником. Зрізані суцвіття використовують для вінків і зимових букетів. Ще в Стародавньому Римі захоплювались такими вінками та букетами.

Цмин пісковий — багаторічна трав'яниста рослина заввишки 15—30 см з родини складноцвітих [Asteraceae (Compositae)]. Вся вона біло-повстиста. Прикореневі листки довгасто-оберненояйцеподібні, стеблові — лінійно-ланцетні. Квіткові кошики зібрані в густу щиткоподібну волоть. Цвіте з червня до кінця вересня.

Росте на піщаних місцях та в степах. Зустрічається майже по всій Україні.

Квітки містять ефірні олії (0,05 %), вітаміни С і К, каротин, гіркі, дубильні та фарбувальні речовини, флавони і сапоніни, залізо, мідь, хром, алюміній, марганець.

У народній медицині використовують при жовтяниці, цирозі печінки, жовчнокам'яній та нирковокам'яній хворобах.

За даними спостережень, цмин має жовчогінну дію, зменшує концентрацію жовчних кислот і вміст білірубіну в жовчі, підсилює тонус жовчного міхура, стимулює секреторну функцію шлунка та підшлункової залози, одночасно він малотоксичний. Тому в науковій медицині кошики цмину використовують як жовчогінне, при хворобах печінки і жовчного міхура. З цією метою також призначають препарат фламін, виготовлений з квіток рослини.

Цмин рекомендують при запаленні нирок, сечового міхура, коли діурез перебігає з болями.

Використовується і для технічних потреб як жовтий барвник та засіб, що запобігає появі молі. Недарма в природі суцвіття-кошики цмину не пошкоджуються ніякими шкідниками. Він дуже ефектний у сухих букетах, довго стоїть в кімнаті і прикрашає її.

Можна вирощувати на присадибних ділянках, причому необхідно подбати, щоб грунт не менш як на $^1/_3$ складався з чистого піску. Розмножується поділом куща і насінням. Висаджують кущик чи висівають насіння навесні з міжряддями 20—25 см. Догляд за посівами полягає у зволоженні і розпушенні грунту та видаленні бур'янів.

Сходи з'являються на 20-й день. У перший рік життя рослина утворює розетку листків діаметром 15—20 см. Починаючи з другого року всі рослини цвітуть і плодоносять.

Суцвіття заготовляють перед початком цвітіння (червень — липень), коли кошики ще не розкрились. При запізненні із збиранням вони під час сушіння розпадаються і залишається голе квітколоже з обгорткою. Сировину зривають вручну або зрізують секаторами. Сушать у темному, прохолодному, добре провітрюваному приміщенні, розклавши тонким шаром на папері або мішковині. Сушити на горищах під залізним дахом або в сушарках не рекомендується.

Чебрець звичайний (тимьян обыкновенный)
Thymus serpyllum L.

Дуже популярний був чебрець у слов'ян. Наші предки кидали пучки цієї трави в багаття при жертвоприношеннях, коли пахучий дим — фіміам — піднімався до неба. Це сприймалося як підтвердження, що жертва прийнята.

Чебрець віддавна відомий як чудовий медонос. Цей факт помітили ще стародавні греки. Гора Хіметос славилася медом, який бджоли збирали з чебрецю, що ріс на ній. У середні віки зображення гілок чебрецю, навколо яких в'ються бджоли, було улюбленою прикрасою рицарського обладунку.

З сивої давнини чебрець відомий як лікувальний засіб. Його ще до нашої ери використовували при запамороченнях.

Чебрець звичайний — дрібний півкущ 5—15 см заввишки з родини губоцвітих [Lamiaceae (Labiatae)]. Стовбур дерев'янистий, від нього подекуди відходять вертикальні трав'янисті квітконосні і безстеблі пагони. Листки черешкові, еліптичні, темно-бурі. Цвіте з червня по вересень. Має сильний запах.

Лікарською сировиною є надземна частина.

Містить ефірну олію (0,8—1,2 %), до складу якої входять тимол, карвакрол, цимол, терпінен, терпінеол, борнеол і цингіберен, а також дубильні речовини, гіркоти, камедь, флавоноїди, урсолову і олеїнову кислоти.

У науковій медицині використовують як відхаркувальний засіб. Входить до складу препарату пертусин.

У народній медицині здавна призначають усередину при грудних захворюваннях, хронічному гастриті, безсонні, хворобах печінки, недокрів'ї, порушеннях обміну речовин, зовнішньо — для примочок, загоювання ран та опіків.

Ефірну олію застосовують у парфюмерно-косметичній промисловості та миловарінні. Вона або тимол входять до складу кращих зубних паст і еліксирів, які мають сильно виражену бактерицидну дію, завдяки чому зуби не псуються. Крім того, олія надає консервам аромату.

В побуті чебрець вживають як пряноші для м'ясних страв і при солінні огірків.

Дуже декоративна рослина, придатна для декорування сухих сонячних місць і закріплення крутосхилів.

Теплолюбна рослина. Розмножується насінням, яке для проростання потребує підвищеної вологості ґрунту. У достиглому віці вологі ґрунти переносить погано. Сходи ростуть повільно, особливо при нестачі тепла. Затінення затримує розвиток і знижує вміст ефірної олії в сировині.

Кращим попередником для культивування чебрецю є чистий пар. Ділянку орють на глибину 27—30 см з одночасним боронуванням. Восени (в жовтні) зораний ґрунт культивують. Рано навесні його боронують у двох напрямках і перед сівбою знову повторюють обробіток.

Для збільшення врожайності вносять органічні добрива з розрахунку 400—600 кг/100 м^2. Сіють чебрець на глибину 1 см ранньою весною сухим насінням рядковим способом з міжряддями 40—45 см. Норма висіву при 100%-ній схожості — 60—70 г/100 м^2.

У перший рік життя рослина утворює стебло заввишки до 20 см. На другий рік цвіте і плодоносить.

Догляд за посівами полягає в боротьбі з бур'янами, шаруванні та розпушенні грунту.

Траву заготовляють під час цвітіння (травень — червень), зрізуючи її ножами або серпами. Сушать просто неба або на горищах під залізним дахом чи під навісами з доброю вентиляцією, розстеливши тонким шаром на мішковині. Часто перемішують. Потім обмолочують і відокремлюють грубі стебла на решетах або віялах.

Чемерник червонуватий (морозник красноватый)

Helleborus purpurascens Waldst. et Kit.

З давніх-давен єгиптянам були відомі лікувальні властивості чемерників. Про них згадується в багатьох легендах. В одній з давньогрецьких легенд говориться про те, що у царя Протея була красуня донька, яка страждала психічним розладом. Її взявся вилікувати чемерником один пастух, котрий тривалий час спостерігав дію цієї рослини на худобі. Так з часів Стародавньої Греції прийшла віра в цілющу силу чемерника при лікуванні психічних захворювань. У наш час наукою підтверджено, що в невеликих дозах чемерник діє заспокійливо на центральну нервову систему. Проте його основна дія на серце.

У похмурі часи середньовіччя, коли в Європі особливо були поширені різноманітні забобони, вважалося, що чемерник надійно оберігає людину від нечистої сили, відьом, вовкулаків тощо і своєю силою руйнує найстрашніші заклинання та чаклування. Порівняно недавно в Англії садили чемерник біля самих дверей жител, щоб злі духи не могли переступити через поріг.

Це — багаторічна вічнозелена рослина з родини жовтецевих (Ranunculaceae). Прикореневі листки з цілісними або 2—3-роздільними майже до основи гостропилчастими частками. Квітковe стебло розгалужене, з зеленим, іноді червонуватим приквітком. Квітки фіолетово-червонуваті.

Цвіте з березня по квітень. Росте переважно в темнохвойних та букових лісах.

У коренях і кореневищах містяться глікозиди гелебореїн, гелеборин, гельборсид, що діють на серце.

Завдяки ранньому цвітінню і своєрідній красі квіток чемерник культивують здавна. Внаслідок гібридизації та відбору одержано багато садових форм, які відрізняються від дикорослих видів більшими квітками і яскравим забарвленням. Вони довговічні і ростуть на одному місці багато років. Чемерник чудово виглядає у тінистих місцях парків, садів, під рідким деревостаном, у напівтіні, по краях чагарникових і деревних куртин та на кам'янистих гірках. Через красу і принадність їх стало мало в природі, тому чемерники слід розмножувати.

Легко культивувати. В добре підготовлений грунт з міжряддям 30 см на глибину до 1 см висівають тільки-но зібране насіння. Сходи з'являються навесні, а зацвітають рослини на третій рік. Рослину можна розмножувати поділом кущів відразу ж після цвітіння.

Череда трироздільна (череда трехраздельная)
Bidens tripartita L.

Сільські повитухи давно помітили, що з арсеналу народної медицини найкращий засіб для лікування золотухи — череда трироздільна. Згодом цю дію підтверджено експериментально.

Череда трироздільна — однорічна трав'яниста рослина з родини складноцвітих (Asteraceae (Compositae)], заввишки до 80 см, з добре розвинутим кореневищем. Стебло пряме, голе, чотиригранне. Гілки супротивні. Листки з короткими крилатими черешками, супротивні, здебільшого глибокотрироздільні, 3—7 см завдовжки. Квітки дрібні, трубчасті, двостатеві, зібрані в поодинокі кошики. Віночок брудно-жовтий. Цвіте в червні — серпні. Насіння достигає у вересні — жовтні.

Поширена по всій республіці.

У верхівкових пагонах рослини містяться дубильні речовини (6,1—6,8 %), вітамін С (750—950 мг%), ефірна олія і марганець.

Як уже згадувалося, дуже популярний засіб народної медицини при золотусі і діатезі у дітей, а також як потогінне та сечогінне. Є відомості про позитивний вплив при захворюваннях печінки і селезінки.

Під чередy як вологолюбну рослину слід відводити ділянку із зниженим рельєфом та підвищеною вологістю грунту. Його орють (копають) на глибину 20—22 см. Насіння висівають з міжряддями 55—60 см на глибину 2—3 см з розрахунку 100 г/100 м^2. При підзимовому висіві сухого насіння одержують значно більший урожай, ніж при весняному. В останньому випадку насіння стратифікують.

Догляд за посівами полягає в розпушенні міжрядь та видаленні бур'янів. При підживленні азотно-фосфорними добривами з розрахунку 300 г/100 м^2 урожайність збільшується на 10—20 %.

Верхівки пагонів збирають вручну на стадії бутонізації — початку цвітіння двічі за літо. Сировину сушать під навісами, а в сонячну погоду — на відкритому повітрі, уникаючи прямих променів сонця.

Чистотіл звичайний (чистотел большой)
Chelidonium majus L.

Стародавні греки помітили, що рослина, яку ми називаємо чистотілом, розквітає з прильотом і вгасає з відльотом ластівок, тому її назвали хелідоніум — травою ластівок. В минулому її використовували в різних країнах Європи як засіб від бородавок, для лікування печінки і жовчного міхура.

У 1896 р. М. М. Денисенком вперше опубліковано результати успішного лікування витяжкою чистотілу хворих із злоякісними пухлинами. В останні роки ведуться більш глибокі дослідження антибластичних властивостей цієї рослини.

Чистотіл звичайний — багаторічна трав'яниста рослина з родини макових (Papaveraceae), 80—100 см заввишки, з коротким кореневищем і жовтогарячим молочним соком. Стебло прямостояче, слаборебристе, як і листки, рідко вкрите волосками, вгорі розгалужене. Листки чергові, світло-зелені, зісподу сизуваті, непарноперисторозсічені, з сидячими зарубчастими частками. Частки округло-яйцеподібні або видовжено-оберненояйцеподібні, біля основи часто звужені. Прикореневі листки більші, довгочерешкові, стеблові — сидячі. Квітки близько 20 мм у діаметрі, на довгих квітконіжках, правильні, широкорозкриті, зібрані по 4—5 у зонтикоподібні суцвіття, які виходять з пазух верхівкових листків. Пелюсток чотири, вони золотисто-жовті, яйцеподібні. Плід — прямостояча стручкоподібна коробочка.

Насіння численне, чорне, крапчасто-виїмчасте, з білим губчастим придатком.

Росте як бур'ян повсюдно, в затінених місцях, у гаях, садах, біля огорож, хат.

Всі органи чистотілу містять алкалоїди: хелідонін, гомохелідонін, хеледитрин, метоксихелідонін, сангвінарин, протопін, алокриптохін, спартеїн, берберин, хелідамін, стилопін, дефілін, коптизин, оксисангвінарин, хелірубін, хелілутин та ін. У траві їх 0,97—1,87 %. Крім того, є ефір-

на олія (0,01 %), вітамін С (до 170 мг%), каротин (до 15 мг%), хелідонова, яблучна, лимонна та янтарна кислоти, флавоноїди, сапоніни тощо.

У медичній практиці препарати чистотілу (настій трави, сік із свіжої трави) використовують зовнішньо для припікання бородавок і кондилом, при папіломатозі гортані та початкових формах червоного вовчаку. В невеликих дозах призначають усередину при захворюваннях печінки і жовчного міхура. З коренів чистотілу виготовляють холелетин — комплексний препарат жовчогінної дії.

Дослідження показали, що чистотіл сприяє підвищенню вмісту гемоглобіну в крові, затримує ріст злоякісних пухлин, фунгістатично і бактеріостатично діє щодо туберкульозної палички. Один з алкалоїдів — хелідонін — подібно до морфіну викликає пригнічення, а згодом і параліч центральної нервової системи. Інший алкалоїд — гомохелідонін — судорожна отрута, сильний анестетик місцевої дії. Сангвінарин впливає наркотично, посилює перистальтику кишечника і секрецію слини. Протопін зменшує реактивність вегетативної нервової системи, тонізує гладку мускулатуру матки. Все це свідчить про перспективність дальшого вивчення діючих речовин чистотілу.

У ветеринарії пересипану сіллю траву використовують проти тимпаніту у овець, суху — для лікування ран, корости, стригучого лишаю і гельмінтозів у свійських тварин.

Траву можна також застосовувати для фарбування вовни в червонувато-жовтий колір, а корені — в жовтий.

Корені призначають у гомеопатії при захворюваннях печінки, шлунка, пневмонії та ревматизмі.

Розмножується поділом куща і насінням. Краще росте в затінених місцях у садах. У підготовлений грунт висаджують корені або висівають насіння з міжряддям 40 см. Спочатку посіви регулярно поливають, потім проводять розпушення грунту, видаляють бур'яни.

Найкращий час для сівби насіння чистотілу — червень. Сходи з'являються через 20—25 днів. В перший рік життя рослина утворює розетку листків. У деяких особин формуються квітконосні стебла. Багаторічні рослини відновлюють ріст у кінці березня — в квітні і вегетують до глибокої осені. Цвіте в травні — червні. В окремі роки деякі рослини цвітуть вдруге в липні — серпні. У природі залежно від місцезростання цвіте з травня по вересень.

Траву заготовляють під час цвітіння (травень — червень). Її слід сушити швидко (протягом 7—8 год)

при температурі 55—60 °С. При цьому в траві зберігається до 96 % алкалоїдів, 52 — вітаміну С і 60 % каротину.

Кореневище з коренями викопують вручну рано навесні, тільки-но почне відростати надземна частина, або восени після її відмирання. Обрізують надземну частину і зразу ж миють у холодній воді. Зібрану сировину відправляють на завод у день заготівлі.

Чорнокорінь лікарський (чернокорень лекарственный)
Cynoglossum officinale L.

Давно помічено, що там, де росте чорнокорінь, не зустрічаються гризуни. Тому цю рослину насамперед використовували для боротьби з мишами і щурами, які не переносять запаху свіжого кореня.

Чорнокорінь — дворічна рослина 40—100 см заввишки з родини шорстколистих (Boraginaceae). Корінь стрижневий, вертикальний, малогіллястий, на вершку потовщений, буро-червоний. Стебла борозенчасті, з верхньої частини сильногіллясті, сіруваті, м'яковолосисті. Листки притиснуто-пухнасті, сизуваті, довгасто-ланцетні, гострі, поступово переходять у черешки, разом з якими досягають 15—20 см у довжину. Стеблові листки доверху поступово зменшуються, ланцетні, гострі. Квітки у верхівкових завійках, складених негустим волотеподібним суцвіттям. Чашечка п'ятироздільна. Віночок лійкоподібно-колосоподібний, з короткою трубочкою і п'ятилопатевим відгином, у зіві з п'ятьма товстуватими лусочками, брудно-темно-червоний. Плід складається з чотирьох горішків. Цвіте в травні — червні.

Росте як бур'ян на полях, пустирях, залізничних насипах, трапляється вздовж доріг.

У народній медицині використовують корені і листя. В коренях містяться алкалоїди циноглосин, циноглосеїн, консолідин, геліосцеїн. Деякі з них мають курареподібну дію. Крім того, в рослині є гіркота циноглосеїдин, вітамін С, органічні кислоти, мікроелементи та інші сполуки.

Застосовують як заспокійливе при болях, судорогах, кашлі, як пом'якшувальний засіб; у вигляді примочок — при фурункульозі, опіках, укусах гадюк та собак. Використовують у гомеопатії.

Розмножують насінням. У підготовлений грунт насіння висівають на глибину 1,5—2 см з міжряддям 35—40 см. Догляд за посівами полягає у зволоженні та розпушенні грунту, видаленні бур'янів.

Сівбу проводять навесні. Сходи з'являються через 20—25 днів. У перший рік рослина утворює розетку з 10—20 листків. Дворічні рослини цвітуть і плодоносять.

Корені збирають восени або навесні до початку сокоруху, листки — під час цвітіння в травні — червні.

Шавлія лікарська (шалфей лекарственный)
Salvia officinalis L.

Серед народів Середземноморських країн та й у науковій медицині давно відома як цілющий засіб. Не одне століття використовується в нашій країні. Дуже популярна в народі.

Це — багатостебловий напівкущ до 80 см заввишки з родини губоцвітих [Lamiaceae (Labiatae)]. Стебла галузисті, внизу здерев'янілі, вгорі трав'янисті, чотиригранні. Листки супротивні, черешкові, сірувато-зелені, молоді — білоповстисті. Квітки двогубі, великі, синьо-фіолетові, зібрані несправжніми кільцями, зближеними на верхівці стебла в пухкі колосоподібні суцвіття. Плід складається з чотирьох горішків, які сидять на дні неопадаючої чашечки. Цвіте в червні.

Листки містять ефірну олію (1—2,5 %), до складу якої входить близько 15 % цинеолу; туйон, пінен та інші терпени. Свіже листя має сильну бактерицидну дію.

Застосовують відвар листя як в'яжучий і дезинфікуючий засіб при різних катаральних станах слизових оболонок, переважно у вигляді полоскань. Листя входить до грудних, протипроносних і пом'якшувальних зборів.

Культивується в основному на Україні: в Полтавській, Дніпропетровській і Кримській областях.

Розмножується насінням. У перший рік росте повільно, утворюючи невелику кількість стебел. З другого року вегетації утворює 100 стебел і більше. З віком вони дерев'яніють. У культурі здерев'янілі стебла викидають, бо листки на них дуже дрібні, а це знижує урожай.

Плантацію для заготівлі шавлії використовують протягом 5—6 років, в зв'язку з чим посіви її слід розміщувати на родючих грунтах з рівним рельєфом.

Підготовка грунту під шавлію полягає в лущенні на глибину 8—10 см, а через два тижні — оранці на глибину 27—30 см. Перед сівбою його культивують на глибину 10—12 см і боронують. Рекомендується вносити органічні добрива з розрахунку 200—300 кг/100 м^2.

Основним способом вирощування є ранньовесняна або підзимова сівба. Глибина загортання насіння — 3—4 см, на більш легких грунтах — до 5 см. Витрати кон-

диційного насіння при висіві з міжряддями 60 см — 80—90 г/100 м^2.

Приблизно через 20—25 днів після появи сходів посіви можна підживити суперфосфатом (12 кг) або хлористим калієм (5 кг/100 м^2).

Молоді рослини дуже чутливі до бур'янів. Тому міжряддя вперше розпушують ще до появи сходів, а зразу ж після їх появи рядки прополюють. Надалі посіви кілька разів культивують і прополюють.

Починаючи з другого року життя на рослинах утворюється велика кількість суцвіть. Для збільшення врожаю їх слід видаляти. Молоді гілки, як правило, не цвітуть, внаслідок чого одержують сировину необхідної кондиції.

Протягом літа урожай збирають 2—3 рази: перший — у кінці липня, останній — у вересні. Листя збирають руками разом з верхівками рослини.

Шафран посівний (шафран посевной)
Crocus sativus L.

У дикому стані невідомий. Завдяки високій декоративності здавна культивується в Ірані, Індії і на Близькому Сході, звідки завезений у Європу. В Радянському Союзі у великій кількості культивується в Азербайджанській РСР.

Це — невеличка багаторічна рослина з родини півникових (Iridaceae) з підземною бульбоцибулиною. Стебло дуже вкорочене. Квітки на безлистій короткій квітконіжці, бокало-лійкоподібні, з дуже довгою трубочкою та шістьма пелюстками фіолетово-бузкового кольору. Цвіте у вересні — жовтні.

Містить кроцин — жовту фарбувальну речовину глікозидного характеру, яка розчиняється у воді і спирті; пірокроцин — також глікозид, який відщеплює цукор та ефірну олію (близько 0,6 %), а також камедь, глюкозу, жирну і ефірну олію тощо.

Використовується для примочок в очній практиці та при гінекологічних захворюваннях; у харчовій і парфюмерній промисловості як барвник.

Розмножують бульбами від чотирирічних рослин, які зовнішньо нагадують цибулини (насіння шафран не дає). Посіви слід розміщувати переважно на рівних або з невеликим нахилом на південь, схід чи захід і захищених з півночі ділянках з сухим грунтом. Перед садінням його розпушують і старанно прополюють. Попередньо очищені і підібрані за величиною бульби висаджують на відстані 10 см одна від одної. Глибина їх загортання — 15 см,

ширина міжрядь — 60 см. Норма садіння — 50 кг бульб на 100 м^2. При вологій погоді бульби швидко проростають і дають насамперед фіолетові квіти, які з'являються в кінці вересня, тоді як листя відростає тільки в жовтні. До середини жовтня рослина відцвітає.

Ранньою весною з'являються листки, які швидко відмирають, після цього грунт неглибоко розпушують і прополюють. На другий і третій роки бульби проростають раніше і дають втричі більше квітів, ніж у перший рік, на четвертий рік урожай зменшується. Після чотирьох років бульби, як правило, викопують, просушують у затінку, обчищають, найбільші знову висаджують у серпні. На одному полі їх можна вирощувати максимум 4 роки. Дехто рекомендує висаджувати бульби вже в липні, щоб у перший рік вони могли краще вкорінитися до цвітіння.

Шипшина собача (шиповник собачий)

Rosa canina L.

Палеоботаніки встановили, що близько 40 млн. років тому шипшина росла на нашій планеті. Плоди цієї рослини з лікарською метою люди почали використовувати близько 5 тис. років тому.

Шипшина собача — кущ 1,5—2,5 м заввишки з дугоподібнозвислими гілками, вкритими міцними гачкуватими шипами. Молоді пагони зеленувато-червоні, з шилоподібними шишками і щетинками. Листки чергові, непарноперисті, з сімома, рідше дев'ятьма листочками (10—16 мм завдовжки і 6—12 мм завширшки). Останні з обох боків голі, овально-видовжені, пилчасті, прилистки довгі, зрослися з черешком.

Квітки поодинокі, рідше зібрані у щиткоподібні суцвіття, оточені приквітками. Чашолистків п'ять, вони перисторозсічені, після цвітіння спрямовані вниз, а незадовго до достигання плодів частково відпадають. Віночок (до 5 см у діаметрі) рожевий або біло-рожевий, з п'ятьма вільними пелюстками. Квітколоже увігнуте, тичинок і маточок багато. Плоди ягодоподібні (18—20 мм завдовжки), червоно-рожеві, різні за формою, з численними волосистими сім'янками.

Росте в рідких лісах, на узліссях, вирубах, трав'янистих схилах, по берегах річок, узбіччях доріг і на пустирях. Цвіте у травні — червні, плоди достигають у серпні — вересні.

З усіх рослин шипшина містить найбільше вітамінів. У ній є вітамін С (500—4800 мг%), каротин, рибофлавін, вітаміни B_2, Р, К, Е, солі кальцію, калію, магнію, заліза,

фосфору, лимонна та яблучна кислоти, цукри, фітонциди, ефірна олія, дубильні речовини.

У науковій медицині плоди застосовують при хворобах печінки і жовчного міхура як полівітамінний засіб. З них виготовляють холосас (згущений водний екстракт плодів шипшини з цукровим сиропом). У народній медицині вживають при хворобах печінки, нирок, сечового міхура, серця, підвищеній кислотності шлункового соку, туберкульозі легень, гіпертонії. Пелюстки, зварені з медом, рекомендують при рожистих запаленнях шкіри, відвар коренів — при каменях у нирках і гіпертонії, гілки — при дизентерії та розладах шлунково-кишкового тракту.

Плоди шипшини використовують також у харчовій промисловості. З них готують варення, джем, пастилу, пюре, повидло, безалкогольні напої, чайно-кавові сурогати.

Шипшина має важливе значення в декоративному садівництві як підщепа для вирощування садивного матеріалу культивованих сортів.

Розмножують як насінням, так і вегетативно (зеленими стебловими і кореневищними живцями, відсадками, паростками та поділом куща). Насіння звичайно висівають восени на глибину 2 см в підготовлену грядку садової шкілки. Ширина міжрядь — 20—22 см. Норма висіву — 2 г чистого насіння на 1 м погонної довжини. Спостереження показали, що воно починає проростати в травні наступного року. Догляд за посівами полягає в розпушенні міжрядь та прополюванні. Дворічні саджанці пересаджують на постійне місце.

Вегетативний спосіб розмноження значно простіший, дешевший і швидший. Для розмноження живцями відбирають кращі материнські рослини у віці 4—7 років. Зелені живці заготовляють з верхньої і середньої частин однорічних пагонів, які розвинулися на сильних приростах минулого року. Роблять це в червні у вранішні години, а в хмарну погоду — і вдень.

У верхній частині пагонів обрізують трав'янисту верхівку. Довжина живців повинна становити 10—12 см (з міжвузлями). Зрізують дещо навскіс — під нижньою бруньокою і над бруньокою. Листки (крім двох верхніх) обрізують. У великих зрізують половину листкової пластинки. В 2—3 місцях по довжині нижнього міжвузля бритвою або окулірувальним ножем роблять поздовжні надрізи. Живці зв'язують в пучки по 20—30 шт. Дуже важливо, щоб нижня частина пагонів у пучку була на одному рівні.

Для кращого укорінення живці на 16 год поміщають у водяний розчин із стимулятором росту — янтарною кислотою (0,01 г на 1 л води). Для виготовлення розчину використовують емальований або оцинкований посуд. Живці занурюють на глибину 1,5—2 см. Щоб листки не обгоріли, вони не повинні стикатися з розчином. Краще укорінення досягається в парниках після першого рамообороту. Рама парника повинна бути без щілин.

Поверх пухкої землі, шар якої повинен бути не менше 12 см, насипають крупнозернистий річковий пісок шаром 3—5 см. Поверхню грунту вирівнюють. Перед садінням пісок зволожують і роблять борозни.

Живці висаджують під кутом 60° на глибину 1,5—2 см. Відстань у рядках — 4 см, а між рядками — 7 см. Щоб живці не в'янули, їх обприскують водою і прикривають забіленою парниковою рамою. Догляд полягає в поливі і обприскуванні водою та затемненні у сонячну погоду.

Оптимальна температура для укорінення живців — 25—30 °С. Якщо вона перевищує 30 °С, необхідно негайно їх затінити дранковими матами, які регулярно провітрюють. У перші дні парники відкривають на дуже короткий час — тільки для обприскування. В жарку погоду живці обприскують до 5 разів на день з інтервалом 2—3 год, в похмуру — двічі.

Про достатню кількість вологи в парнику свідчить наявність крапель води на склі рам та листках живців. Якщо обприскування недостатньо для підтримання відповідної вологості піску і грунту, його замінюють вранішнім поливом з лійки з отворами 1—2 мм. Шар піску в парнику періодично розпушують.

Укорінені живці не пізніше першої декади вересня висаджують у садову шкілку на відстані 20—30×80 см. Зразу після цього їх поливають, що в міру необхідності повторюють у наступні дні. Через 2 тижні після садіння верхівки рослини відщипують.

На зиму рослини підгортають землею. Весною наступного року їх звільняють від землі. Протягом вегетаційного періоду грунт розпушують, прополюють, насадження підживлюють; ведуть боротьбу з шкідниками та хворобами рослин.

Саджанці дворічного віку викопують і пересаджують на постійне місце. Стандартні саджанці шипшини повинні бути здоровими, з добре розвинутою кореневою системою (завдовжки 20—25 см), надземною частиною не менше 40 см і товщиною кореневої шийки до 10 мм.

Плоди збирають у фазі повної стиглості, але не перестиглі. Їх сортують і сушать у печах чи сушарках при температурі 80—90 °С, розстеливши тонким шаром. Висушені плоди можна зберігати 2 роки.

Шовковиця біла (шелковица белая)
Morus alba L.

Довго не могли розгадати секрет виготовлення шовку. Зокрема, давні греки і римляни вважали, що цю ніжну тканину виготовляють з пір'я рідкісних птахів. З часом стало відомо, що шовк виробляють з коконів. Але як їх дістати? Смертельною карою завершились десятки спроб вивезти диво за межі Китаю. Якось монахам удалось у костурі пронести дорогоцінні кокони шовкопрядів. Разом з ними поширилась і нова рослина — шовковиця, яка є кормом для них.

На Україні плантації шовковиці були створені за указом Петра I у 1706 р. Окремі дерева й досі збереглися над Дніпром.

Це — гіллясте (15—18 м заввишки) дерево. Листки цілокраї і розсічені, ніжні і м'які. Квітки непримітні, запилюються вітром. Соковиті білі плоди достигають влітку, вони багаті на цукор (25 %), вітамін С, сполуки заліза, різні органічні кислоти. Завдяки цьому плоди використовують у кондитерській промисловості, виноробстві, медицині.

Народна медицина широко їх застосовує при різних внутрішніх захворюваннях.

З висушених плодів шовковиці виготовляють борошно, яке додають до тіста. З листків варять чай.

Розмножується вегетативно (живцями, кореневими паростками) і насінням.

Плоди заготовляють у фазі повної стиглості, листки в міру потреби — повністю розвинуті.

Яловець звичайний (можжевельник обыкновенный)
Juniperus communis L.

Ще в сиву давнину помічено, що місця, де росте особливо багато ялівцю, інтенсивно відвідують виснажені і хворі тварини. Мабуть не випадково в Північній Америці індійці для лікування туберкульозу шкіри, кісток і суглобів поміщали хворих у зарості цієї рослини, де повітря насичене цілющими фітонцидами.

Не лише фітонциди, а й шишкоягоди, шпильки, кора ялівцю мають лікувальні властивості. Публій Вергілій Марон писав, що під час найстрашніших епідемій і холери житла слід обкурювати гілками ялівцю. І в наш час він високо цінується як лікарська і харчова рослина.

Це — вічнозелений кущ або невелике дерево (4—6 м заввишки) з родини кипарисових (Cupressaceae). Стовбур прямий, крона конусо- або яйцеподібна, кора сірувато-бура. Молоді пагони червонувато-бурі, на них кільчасто розміщені по три колючі кілюваті хвоїнки 8—20 мм завдовжки. Зверху вони білуваті, з восковим нальотом, знизу — блискучі, зелені. Зберігаються на гілках протягом чотирьох років.

Рослини дводомні, рідше однодомні. Чоловічі органи спороношення мають вигляд жовтих колосків, які несуть щитоподібні луски з 3—7 пиляками. Жіночі органи подібні до зелених бруньок. Після запліднення утворюється шишкоягода, яка через рік стає чорною з восковим нальотом. Насінини довгасті, з твердою оболонкою. Росте в підліску на узліссі та лісових галявинах, а також на пасовищах. Трапляється в Карпатах, на Поліссі, зрідка в Лісостепу.

Шишкоягоди ялівцю містять до 2 % ефірної олії, цукор (до 40 %), смоли (близько 0,5 %), фарбувальні речовини (до 8 %). Настойку шишкоягід призначають як сечогінний засіб при водянці, запаленні сечового міхура, відвар — також як сечогінне і для поліпшення апетиту.

Ялівцева олія має яскраво виражену бактерицидну дію. В кінці XIX ст. її використовували для стерилізації кетгуту — ниток, якими зашивають рани при хірургічному втручанні. Є повідомлення про лікування ефірною олією ялівцю хвороб шкіри, в тому числі й пухлин. У народній медицині, крім того, корені вживають при бронхітах, нирковокам'яній хворобі, набряках.

У гомеопатії ефірна олія входить до складу есенцій.

Шишкоягоди завдяки наявності ароматичних сполук застосовують для технічної переробки. Ціняться вони при виробництві алкогольних напоїв та кондитерських виробів.

У стовбурах і старих гілках утворюється смола, яка виступає з тріщин у вигляді крапель. З неї одержують сандарон, який є сировиною для виготовлення високоякісного прозорого білого лаку. Вироби з дерева, покриті цим лаком, набувають особливої краси та привабливості.

Ароматну деревину і гілки ялівцю застосовують для дезинфекції тари, приміщень, хвою і шишки — для ароматизації ванн, деревину, хвою, шишкоягоди — для копчення м'ясних продуктів особливо високої якості.

Яловець звичайний добре піддається (шляхом обрізування) формуванню крони. Він має декоративні форми — пірамідальну, плакучу, кулясту. Рекомендується для ство-

рення невеликих груп, поодиноких насаджень, живоплоту. Розмножують вегетативно і насінням.

Шишкоягоди заготовляють восени, струшуючи їх на розстелений під кущами брезент. Ні в якому разі не можна рубати гілки.

Сушать шишкоягоди під залізним дахом на горищах, розстеливши тонким шаром. При сушінні в печах або сушарках сировина втрачає свої властивості.

Правила збирання та сушіння лікарської сировини

Лікарську сировину заготовляють тоді, коли вона найбільш багата на діючі речовини. При цьому надземну частину рослин збирають, як правило, в сухі, погожі дні (зволожені росою чи дощем, вони псуються при сушінні). Підземні органи можна викопувати в будь-яку погоду, оскільки перед сушінням їх треба мити. Не слід збирати рослини забруднені, пошкоджені комахами, іржею, грибковими хворобами.

Бруньки заготовляють у березні — квітні, коли вони набубнявіли, але ще не почали розвиватись. Кору — з молодих гілок і також навесні в період сокоруху (квітень — травень). Листя збирають перед початком або під час цвітіння рослин, коли вони цілком розвинуті й найбільш соковиті, а квіти — на початку цвітіння — тоді вони менше обсипаються і краще зберігають природний колір при сушінні. Для медичних цілей, крім окремих квіток, заготовляють і суцвіття (арніка, ромашка).

Траву збирають у період цвітіння при досягненні рослинами нормальних розмірів. Як правило, їх зрізують серпом або ножем на рівні нижніх листків. У деяких рослин зрізують тільки квітучу верхівку з стеблом 10—15 см завдовжки.

Сухі плоди й насіння заготовляють повністю стиглими, після висушування їх очищають від пилу та сторонніх домішок. Соковиті плоди або ягоди також збирають достиглими рано вранці або ввечері.

Підземні органи (корені, кореневища, бульби, цибулини) звичайно заготовляють у кінці вегетації, коли надземна частина рослини зів'яла. Кореневу шийку та дрібні корінці

обрізують і відкидають; деякі корені (алтея, солодка) очищають від зовнішньої кірочки. Викопані кореневища очищають від підгнилих старих частин, обтрушують від землі і миють у холодній воді. Краще це робити в плетених кошиках.

Важливою операцією є сушіння лікарської сировини. Несвоєчасне і неправильне сушіння різко знижує вміст діючих речовин.

Заготовлену сировину висушують якомога швидше (через 1—2 год після збирання). В клітинах рослин є ферменти, за допомогою яких утворюються й руйнуються діючі речовини. У зірваних і зібраних у купи рослинах діяльність ферментів не тільки не припиняється, а, навпаки, завдяки вологому середовищу і підвищенню температури прискорюється. Завдання полягає в тому, щоб швидко припинити небажану їх дію й зберегти максимальну кількість поживних речовин. Зазначимо, що руйнування ферментів відбувається при температурі 40—60 °С, діючі речовини при цьому не руйнуються.

Особливо швидко слід сушити сировину, яка містить глікозиди і алкалоїди. Сировину, до складу якої входить ефірна олія, сушать повільно, при температурі не вище 25—30 °С.

Сушити можна різними способами: природним теплом (сонячним або тіньовим) і штучним нагріванням. На сонці сушать кору, корені, насіння, ягоди чорниці. Сировину розкладають на підстилках шаром 2—3 см. Сушіння триває кілька днів. На ніч її вкривають, щоб не зволожувалась росою. Суха сировина (корені, кореневища) не гнеться, а переламується.

Тіньовому повітряному сушінню підлягають верхні і нижні частини рослин. При цьому зберігається природний колір стебел, листків та квітів.

Сушіння проводять під навісами. Для поліпшення вентиляції встановлюють стелажі.

Теплове сушіння (за допомогою штучного нагрівання) має переваги перед повітряним. При такому способі, зокрема, можна регулювати температуру відповідно до особливостей кожного виду сировини.

Доброякісною рослинною сировиною вважається та, яка після сушіння зберегла властивий їй природний вигляд, колір і запах.

Зібрану і правильно висушену сировину охоче приймають заготівельні організації (районні заготівельні об'єднання і аптеки).

Бібліографічний список

1. Атлас ареалов и ресурсов лекарственных растений СССР.— М.: Изд. ГУГК, 1976.— 340 с.
2. Атлас лекарственных растений СССР.— М.: Медгиз, 1962.— 704 с.
3. *Вульф Е. В., Малеева О. Ф.* Мировые ресурсы полезных растений.— Л.: Наука, 1969.—567 с.
4. *Гаммерман А. Ф.* Курс фармакогнозии.— Л.: Медицина, 1967.— 703 с.
5. *Гаммерман А. Ф., Щупинская М. Д., Яценко-Хмелевский А. А.* Растения-целители.— М.: Высш. шк., 1963.— 424 с.
6. *Гладун Я. Д.* Відновлення заростей гадючника шестипелюсткового // Досягнення ботанічної науки на Україні.— К.: Наук. думка, 1977.— С. 19—28.
7. *Заверуха Б. В.* У світі рослин.— К.: Урожай, 1980.— 166 с.
8. *Землинский С. Д.* Лекарственные растения СССР.— М.: Медгиз, 1958.—610 с.
9. *Івашин Д. С.* Ресурси лікарських рослин Українських Карпат // Укр. ботан. журн.— 1960.—Т. 17, № 5.—С. 16—31.
10. *Илиева Д., Николаев П., Бойчинов А.* Фитотерапия.— София: Медицина и физкультура, 1976.—349 с.
11. *Кондратенко П. Т., Кур С. Д., Рожко Ф. М.* Заготовка, выращивание и обработка лекарственных растений.— М.: Медицина, 1971.—346 с.
12. *Котуков Г. Н.* Культивируемые и дикорастущие лекарственные растения.— К.: Наук. думка, 1974.—166 с.
13. *Лебеда А. П., Білан В. Ю.* Біоекологічні й агротехнічні умови розмноження обліпихи здерев'янілими живцями в умовах Поділля // Фармац. журн.—1983.—№ 1.—С. 57—59.
14. Лекарственные растения дикорастущие / Под ред. *А. Ф. Гаммермана, И. Д. Юркевича.*— Минск: Наука и техника, 1966.— 350 с.
15. Лекарственные растения СССР: Культивируемые и дикорастущие / Под ред. *А. А. Хотина* и др.— М.: Колос, 1967.—400 с.
16. *Мамчур Ф. І.* Фітотерапія в урології.— К.: Здоров'я, 1983.—160 с.
17. *Муравьева Д. А., Гаммерман А. Ф.* Тропические и субтропические лекарственные растения.— М.: Медициина, 1974.—232 с.
18. *Мучник Ж. С.* Цветение и плодоношеиие солодки голой, выращиваемой в Молдавской ССР // Раст. ресурсы.— Л.: Наука, 1979.— Т. 15, вып. 3.— С. 376—380.
19. *Пельменов В. И., Лысова Н. В., Коблев С. Ю.* Особенности роста и некоторые вопросы антекологии растений, выращиваемых в Волгоградской области. // Там же.— 1974.— Т. 10. вып. 3.— С. 427—437.
20. *Положий А. В., Ревякина Н. В.* Биология развития золотого корня в районе Катунского хребта (Алтай) // Там же.— 1976.— Т 12, вып 1 С. 53—59.

21. *Потапов Ф. Ф.* Новое в технологии размножения облепихи зелеными черенками// Там же.—1978.— Т. 14, вып. 2.— С. 215—220.

22. *Пошкурлат А. П.* Большой жизненный цикл горицвета весеннего // Там же.— 1975.— Т. 11, вып. 4.— С. 483—492.

23. *Терлецький В. К., Гладун Я. Д.* Плодові карпатських лісів.— Ужгород: Карпати, 1979.—142 с.

24. *Фодор С. С., Терлецький В. К., Гладун Я. Д.* Екзоти Карпат.— Ужгород: Карпати, 1982.— 118 с.

25. *Флоров Т. В., Невструева Р. И., Маляренко С. Г.* Новые перспективные эфиромасличные культуры для юга СССР.— Симферополь: Крым, 1962.—132 с.

26. *Черняева А. М., Крапивина А. М.* Интродукция марального корня Сахалина// Раст. ресурсы.— Л.: Наука, 1974.— Т. 10, вып. 2.— С. 209—212.

27. *Чопик В. І.* Рідкісні рослини України.— К.: Наук. думка, 1970.— 188 с.

Предметний покажчик українських назв лікарських рослин

Айва японська 9
Акація біла 11
Аконіт міцний 11
Алое деревоподібне 12
Алтея лікарська 14
Амі велика 16
Аніс звичайний 17
Аралія маньчжурська 18
Арніка гірська 19

Бадан товстолистий 20
Барбарис звичайний 22
Барвінок малий 23
Брусниця 24
Бузина чорна 25
Буквиця лікарська 26
Буркун лікарський 27

Валеріана лікарська 28
Вербена лікарська 30
Вовчуг польовий 31

Гадючник шестипелюстковий 33
Гірчак зміїний 34
Глід колючий 34
Горицвіт весняний 36
Горобина звичайна 37
Горобина чорноплідна 38
Грицики звичайні 40

Деревій звичайний 41
Дерен справжній 42
Дріоптерис чоловічий 44
Дягель лікарський 45

Елеутерокок колючий 46

Женьшень звичайний 47
Живокіст лікарський 49

Звіробій звичайний 50
Золототисячник малий 52

Калина звичайна 53
Кмин звичайний 55
Конвалія звичайна 56
Копитняк європейський 57
Коріандр посівний 58
Кріп пахучий 59
Кропива дводомна 59
Крушина ламка 61
Кульбаба лікарська 62
Купальниця європейська 63

Лаванда колоскова 63
Левзея сафлороподібна 65
Лепеха звичайна 66
Лимонник китайський 67
Ліщина звичайна 69
Лопух справжній 70
Любисток лікарський 71
Любка дволиста 73

Малина звичайна 73
Маренка красильна 74
Материнка звичайна 76
Меліса лікарська 77
Мильнянка лікарська 78
Морква дика 79
М'ята перцева 80

Нагідки лікарські 82
Наперстянка великоквіткова 83

Обліпиха крушиноподібна 84
Оман високий 86

Первоцвіт весняний 87
Перстач прямостоячий 88
Пижмо звичайне 89
Півонія незвичайна 91
Плаун булавовидний 92
Подорожник великий 93
Полин гіркий 94

Ревінь тангутський 95
Родіола рожева 97
Ромашка лікарська 98

Синюха блакитна 99
Смородина чорна 100
Собача кропива п'ятилопатева 101
Солодка гола 103
Спориш звичайний 104
Суниці лісові 105

Тирлич жовтий 106
Троянда столиста 108

Фенхель звичайний 109

Хміль звичайний 110

Цикорій дикий 111
Цмин пісковий 112

Чебрець звичайний 113
Чемерник червонуватий 115
Череда трироздільна 116
Чистотіл звичайний 117
Чорнокорінь лікарський 119

Шавлія лікарська 120
Шафран посівний 121
Шипшина собача 122
Шовковиця біла 125

Яловець звичайний 125

Предметний покажчик російських назв лікарських рослин

Адонис весенний 36
Аир обыкновенный 66
Айва японская 9
Аконит крепкий 11
Алоэ древовидное 12
Алтей лекарственный 14
Амми большая 16
Анис обыкновенный 17
Аралия маньчжурская 18
Арника горная 19

Бадан толстолистый 20
Барбарис обыкновенный 22
Барвинок малый 23
Бессмертник песчаный 112
Боярышник колючий 34
Брусника 24
Бузина черная 25
Буквица лекарственная 26

Валериана лекарственная 28
Вербена лекарственная 30

Горец змеиный 34
Горец птичий 104
Горечавка желтая 106

Девясил высокий 86
Донник лекарственный 27
Душица обыкновенная 76
Дягиль лекарственный 45

Женьшень обыкновенный 47

Зверобой обыкновенный 50
Земляника лесная 105
Золототысячник зонтичный 52

Калина обыкновенная 53
Кизил 42
Копытень европейский 57
Кориандр посевной 58
Крапива двудомная 59
Крушина ольховидная 61
Купальница европейская 63

Лабазник обыкновенный 33
Лаванда колосовая 63
Ландыш майский 56
Лапчатка прямая 88
Левзея сафлоровидная 65
Лещина обыкновенная 69
Лимонник китайский 67
Лопух большой 70
Любисток аптечный 71
Любка двулистная 73

Малина обыкновенная 73
Марена красильная 74
Марьин корень 91
Мелисса лекарственная 77
Можжевельник обыкновенный 125
Морковь дикая 79
Морозник красноватый 115
Мыльнянка лекарственная 78
Мята перечная 80

Наперстянка крупноцветковая 83
Ноготки аптечные 82

Облепиха крушиновидная 84
Одуванчик лекарственный 62
Окопник лекарственный 49

Папоротник мужской 44
Пастушья сумка 40
Первоцвет весенний 87
Пижма обыкновенная 89
Пион необычный 91
Плаун булавовидный 92
Подорожник большой 93
Полынь горькая 94
Пустырник пятилопастный 101

Ревень тангутский 95
Робиния ложноакациевидная 11
Родиола розовая 97
Роза столистная 108
Ромашка аптечная 98
Рябина обыкновенная 37
Рябина черноплодная 38

Синюха голубая 99
Смородина черная 100
Солодка голая 103
Стальник пашенный 31

Тимьян обыкновенный 113
Тмин обыкновенный 55
Тысячелистник обыкновенный 41

Укроп пахучий 59

Фенхель обыкновенный 109
Хмель обыкновенный 110

Цикорий дикий 111

Череда трехраздельная 116
Чернокорень лекарственный 119
Чистотел большой 117

Шалфей лекарственный 120
Шафран посевной 121
Шелковица белая 125
Шиповник собачий 122

Щитовник мужской 44

Элеутерококк колючий 46

Зміст

ВСТУП	3
ЧОМУ ЦІЛЮЩІ ЛІКАРСЬКІ РОСЛИНИ?	6
КУЛЬТИВОВАНІ ТА ДИКОРОСЛІ ЛІКАРСЬКІ РОСЛИНИ	9
ПРАВИЛА ЗБИРАННЯ ТА СУШІННЯ ЛІКАРСЬКОЇ СИРОВИНИ	127
БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК	129
ПРЕДМЕТНИЙ ПОКАЖЧИК УКРАЇНСЬКИХ НАЗВ ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН	131
ПРЕДМЕТНИЙ ПОКАЖЧИК РОСІЙСЬКИХ НАЗВ ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН	133

Массово-бытовое издание

**МАМЧУР ФЕДОР ИВАНОВИЧ,
ГЛАДУН ЯРОСЛАВ ДМИТРИЕВИЧ**

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ НА ПРИУСАДЕБНОМ УЧАСТКЕ

Киев, «Урожай»

(На украинском языке)

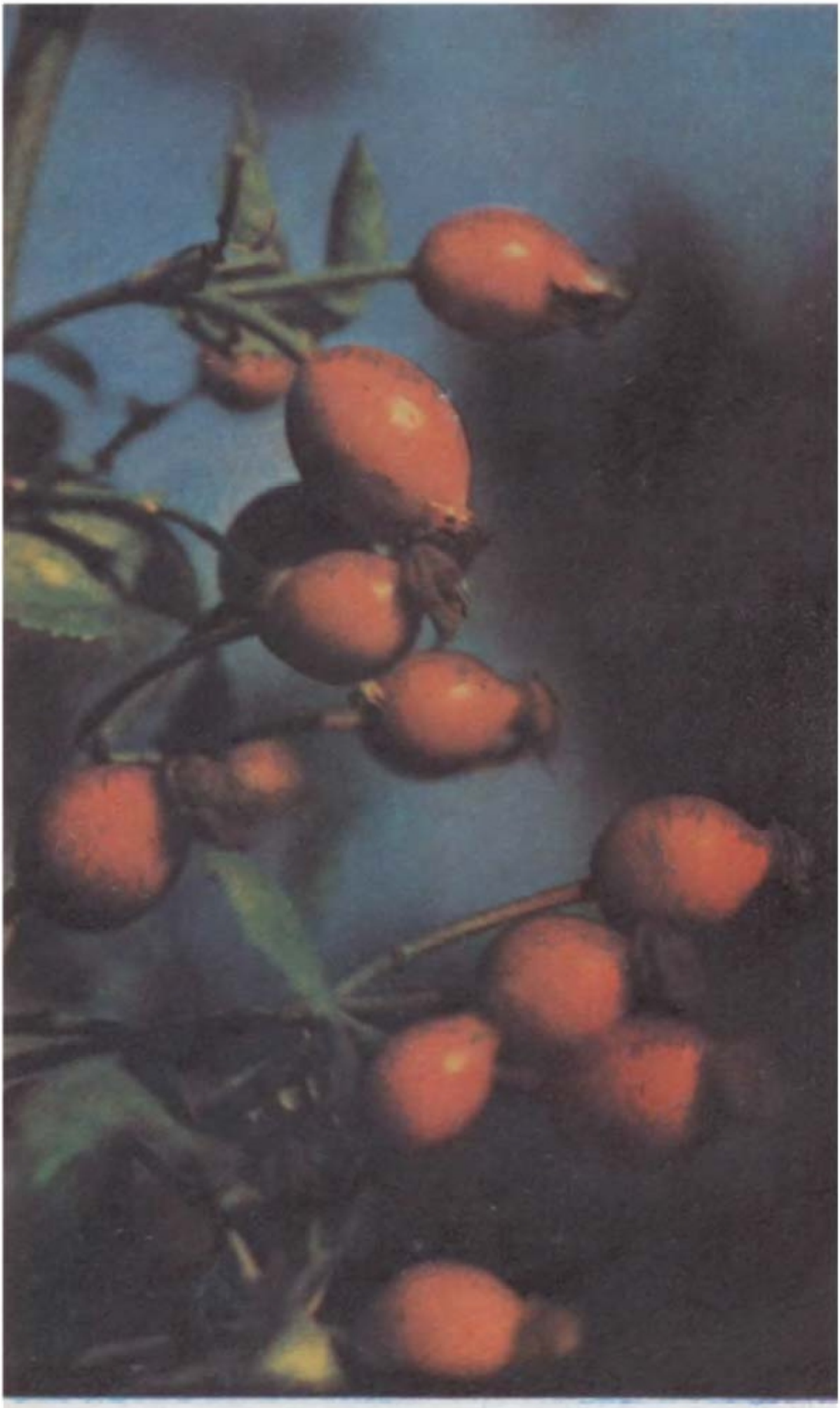
Зав. редакцією *С. А. Тарелкіна*
Редактор *О. В. Шафаренко.*
Художник *М. Ф. Неварикаша*
Художній редактор *А. П. Відоняк*
Технічний редактор *Л. М. Блажко*
Коректори *Г. О. Авдєєнко, Л. О. Ващенко*

ИБ № 3781

Здано на складання 22.06.88. Підписано до друку 14.11.88. Формат 84×108/32. Папір друк. № 2. Гарнітура літературна. Друк високий. Ум. друк. арк. 7,14+3,36 вкл. Ум. фарб.-відб. 21,0. Обл.-вид. арк. 7,22+ +3,62 вкл. Тираж 100 000 пр. Зам. 8—1940. Ціна 1 крб. 40 к.
Ордена «Знак Пошани» видавництво «Урожай». 252035, Київ-35, вул. Урицького, 45

Головне підприємство республіканського виробничого об'єднання «Поліграфкнига», 252057, Київ-57, вул. Довженка, 3.

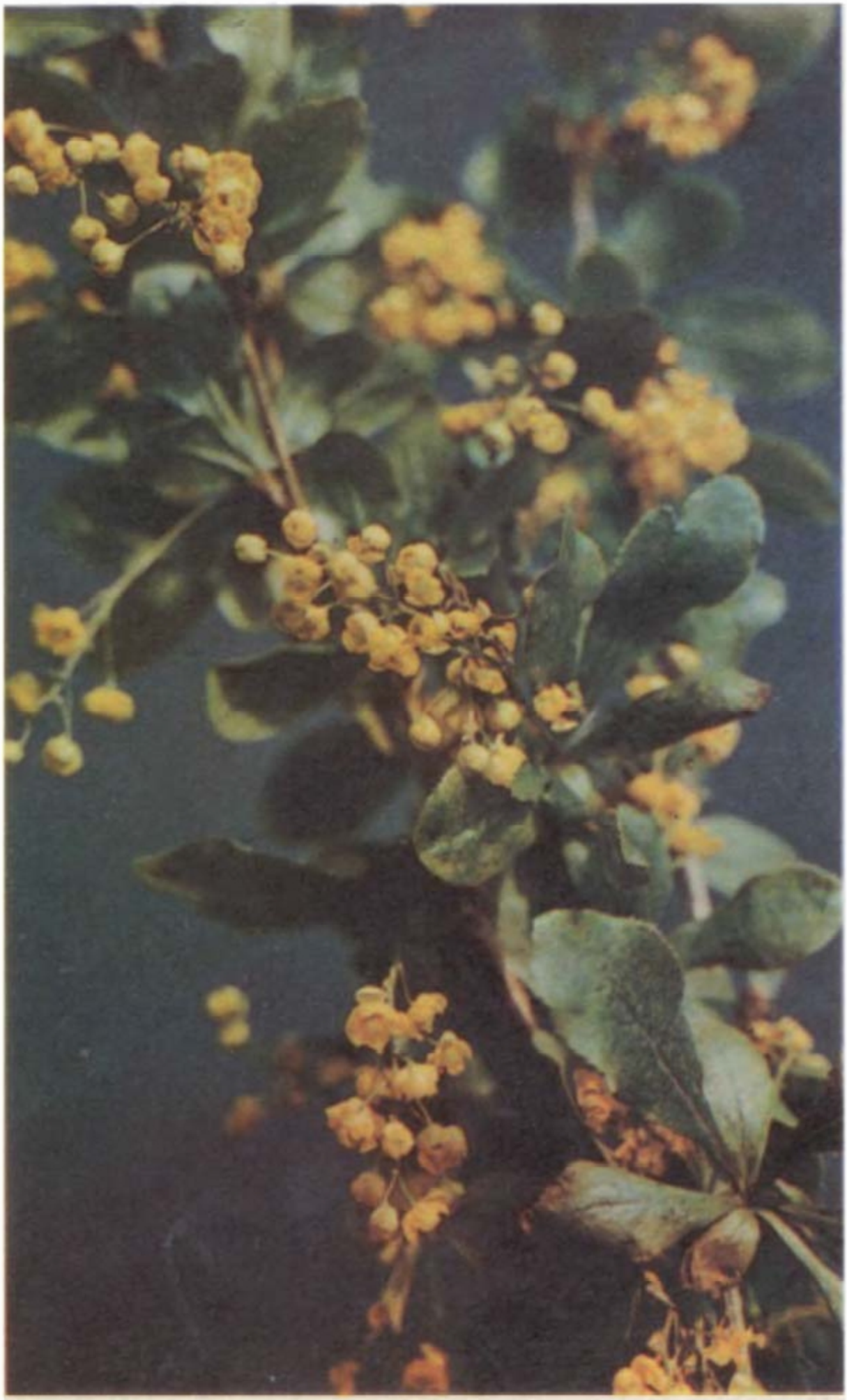
Акація біла



Шипшина собача

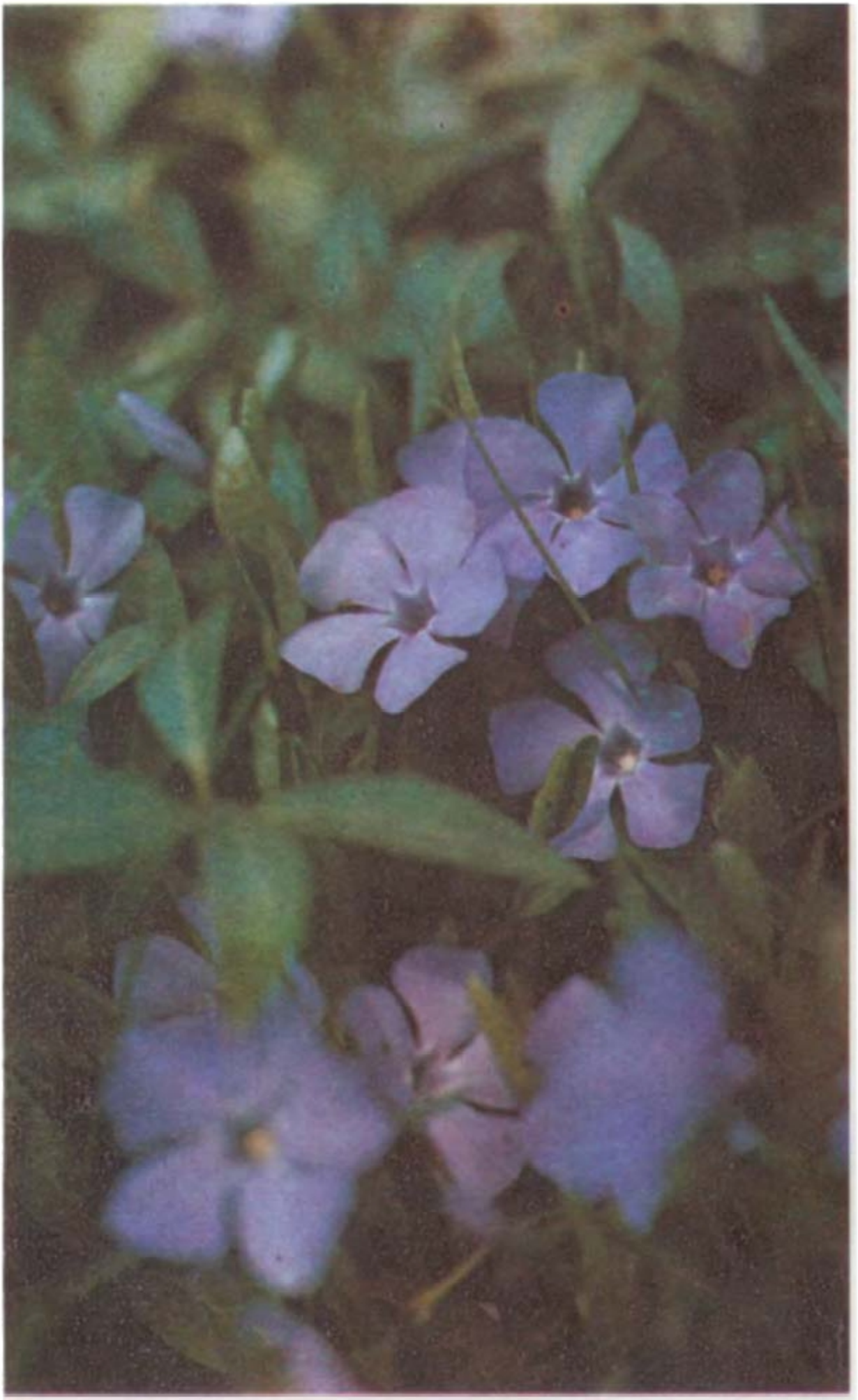
Аконіт міцний

Аралія маньчжурська



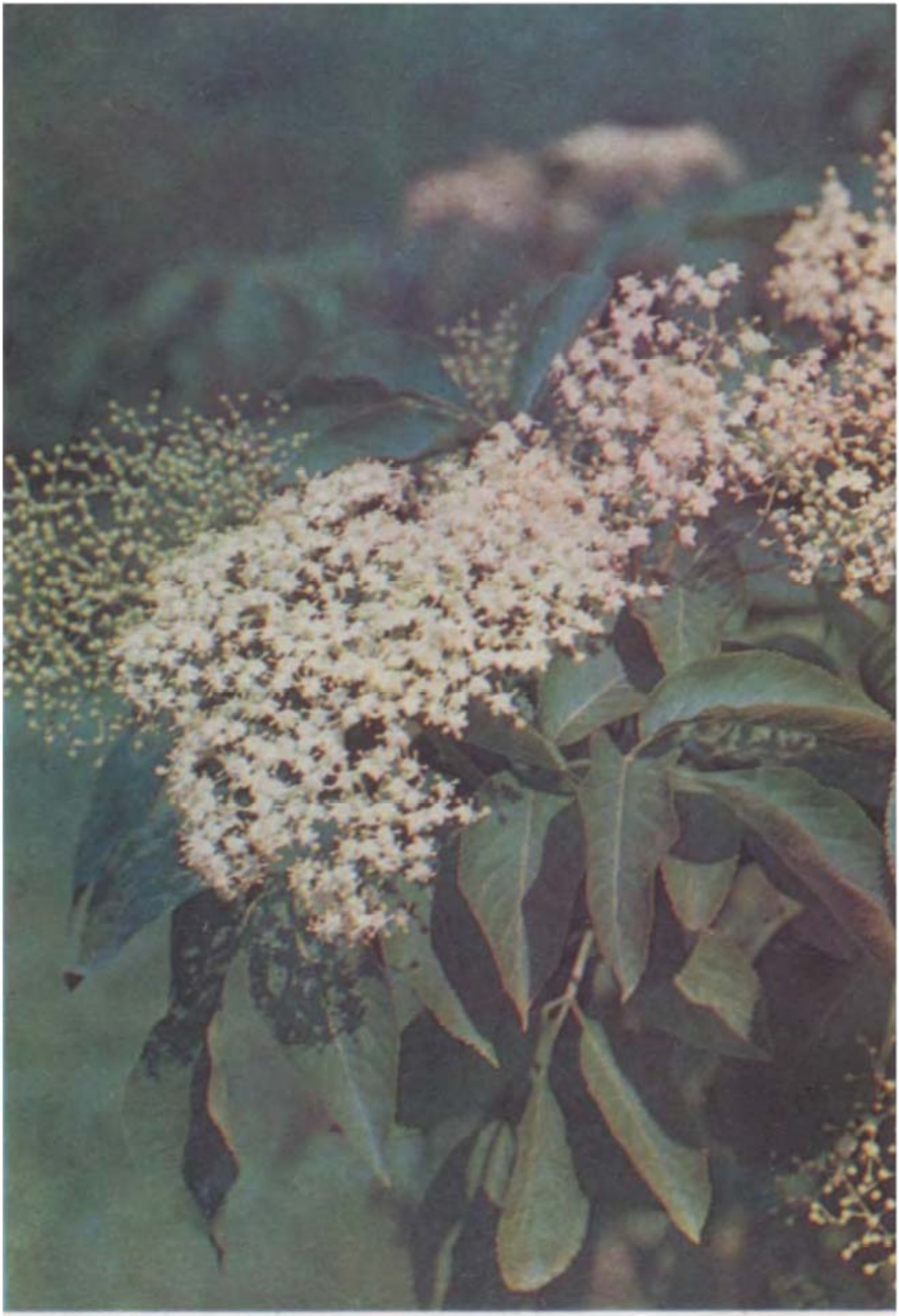
Барбарис звичайний (квітуючий)

Барбарис звичайний (плоди)



Барвінок малий

Брусниця



Бузина чорна (квітуюча)

Бузина чорна (плоди)

Буквиця лікарська

Валеріана лікарська

Вовчуг польовий

Гадючник шестипелюстковий

Гірчак зміїний

Глід колючий

Горицвіт весняний

Горобина звичайна

Деревій звичайний

Дерен справжній

Дріоптерис чоловічий

Дягель лікарський

Женьшень звичайний

Звіробій звичайний

Золототисячник малий

Кмин звичайний

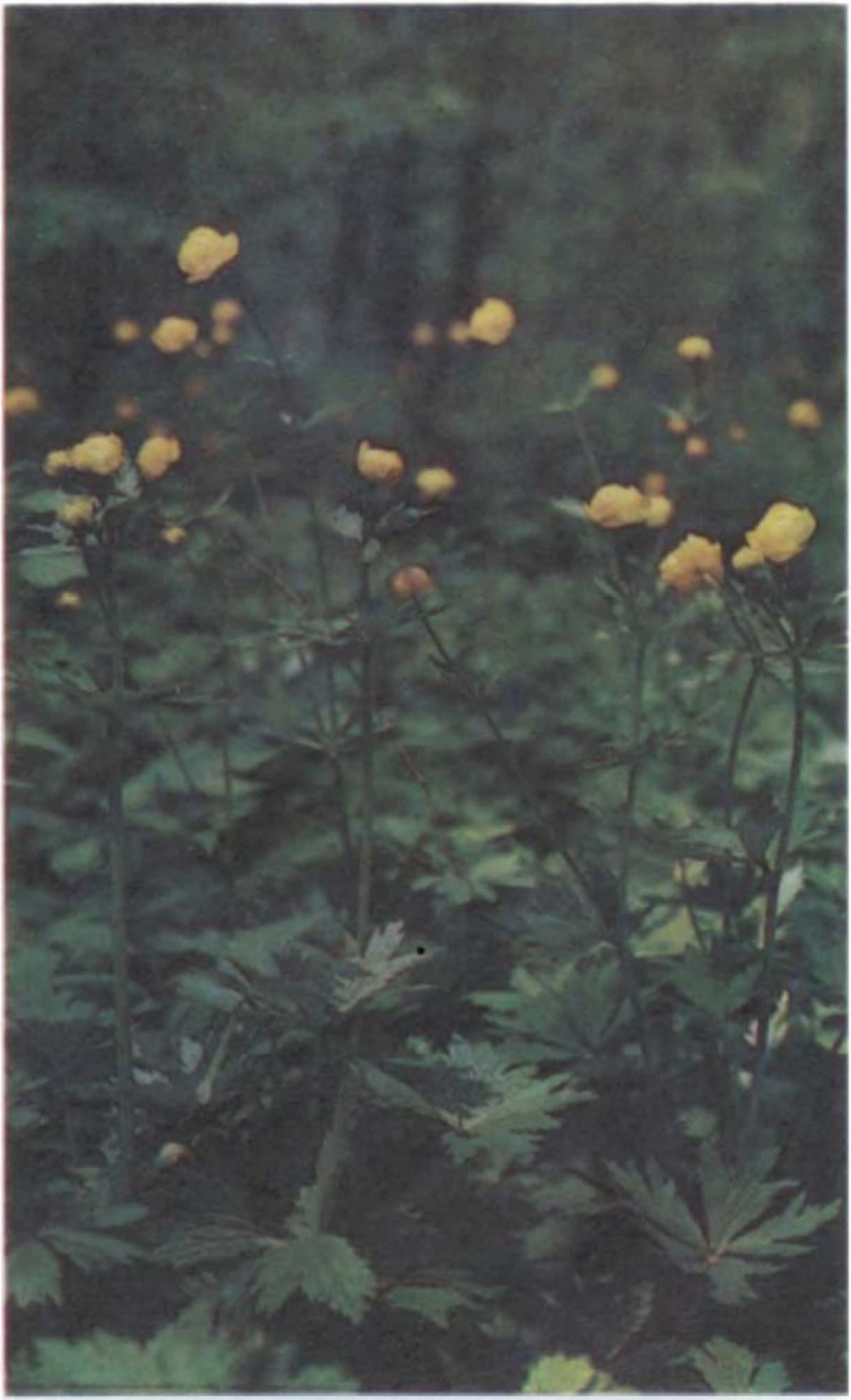
Калина звичайна

Конвалія звичайна

Копитняк європейський

Кульбаба лікарська

Кропива дводомна



Купальниця європейська

Лаванда колоскова

Левзея сафлороподібна

Ліщина звичайна

Лопух справжній

Любисток лікарський

Любка двулиста

Малина

Мильнянка лікарська

Материнка звичайна

Морква дика

М'ята перцева

Нагідки лікарські

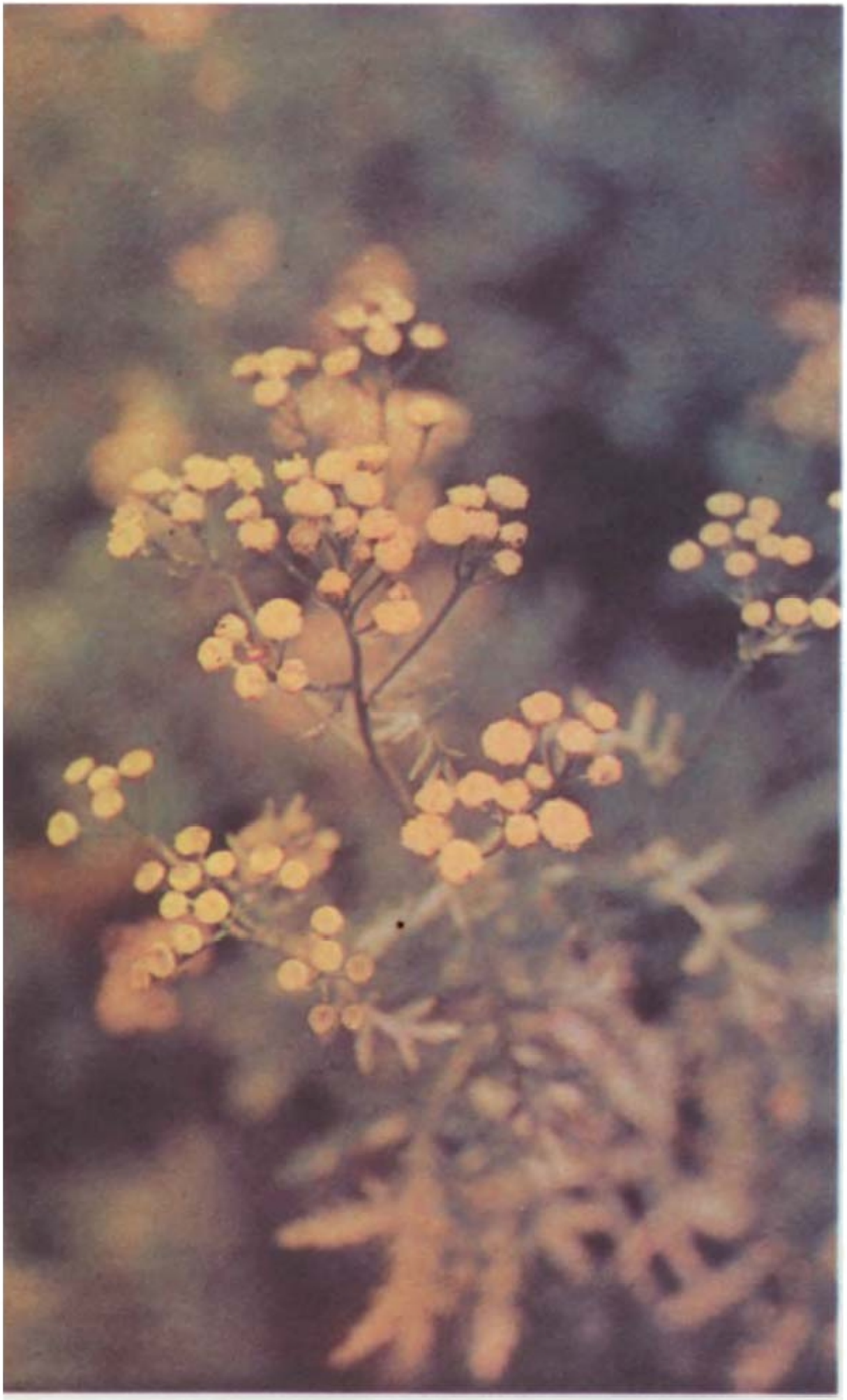
Наперстянка великоквіткова

Обліпиха крушиноподібна

Оман високий

Первоцвіт весняний

Перстач прямостоячий



Пижмо звичайне

Півонія незвичайна

Плаун булавовидний

Полин гіркий

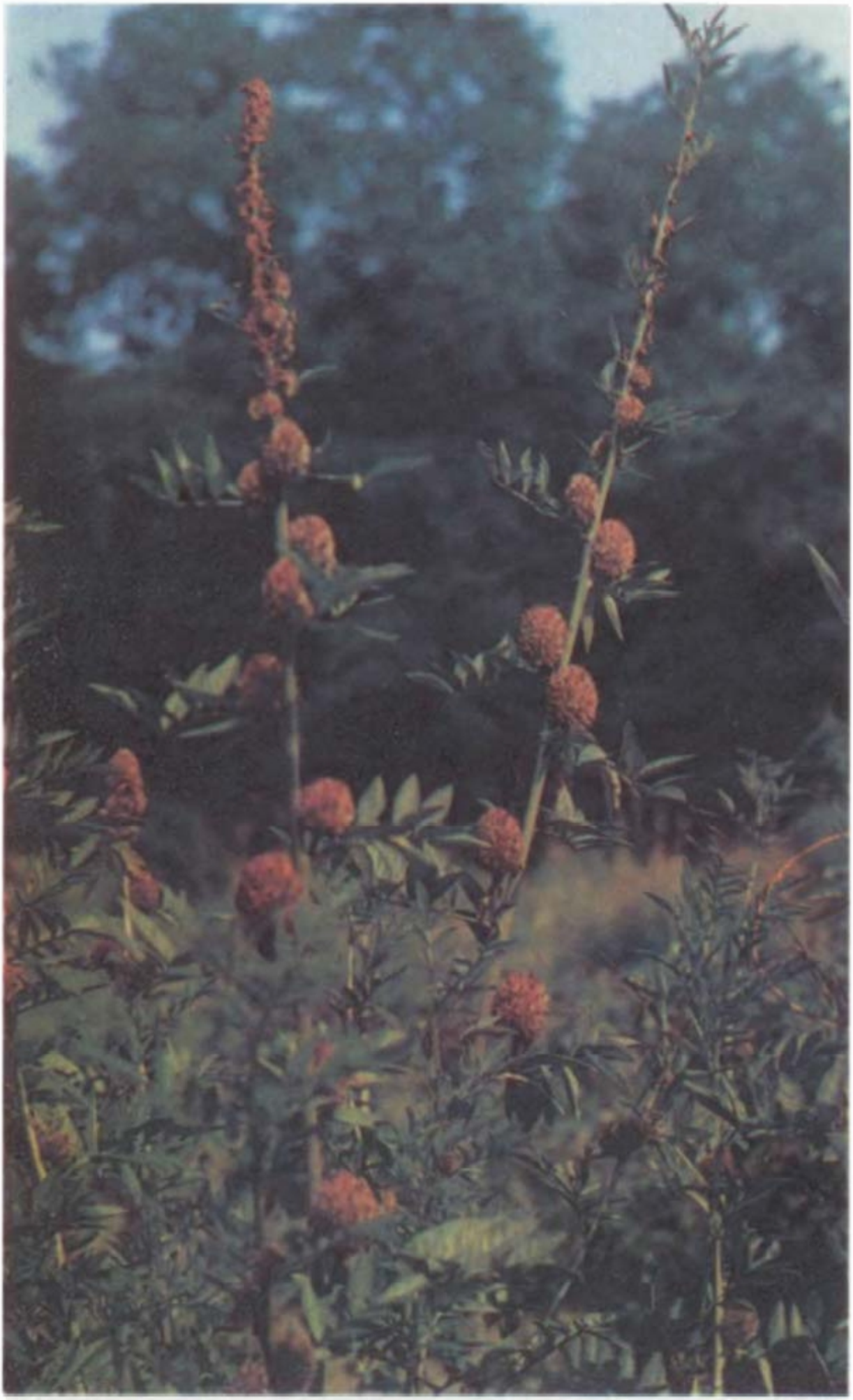
Ревінь тангутський

Родіола рожева

Ромашка лікарська

Синюха блакитна

Смородина чорна



Солодка гола

Спориш звичайний

Чебрець звичайний

Суниці лісові

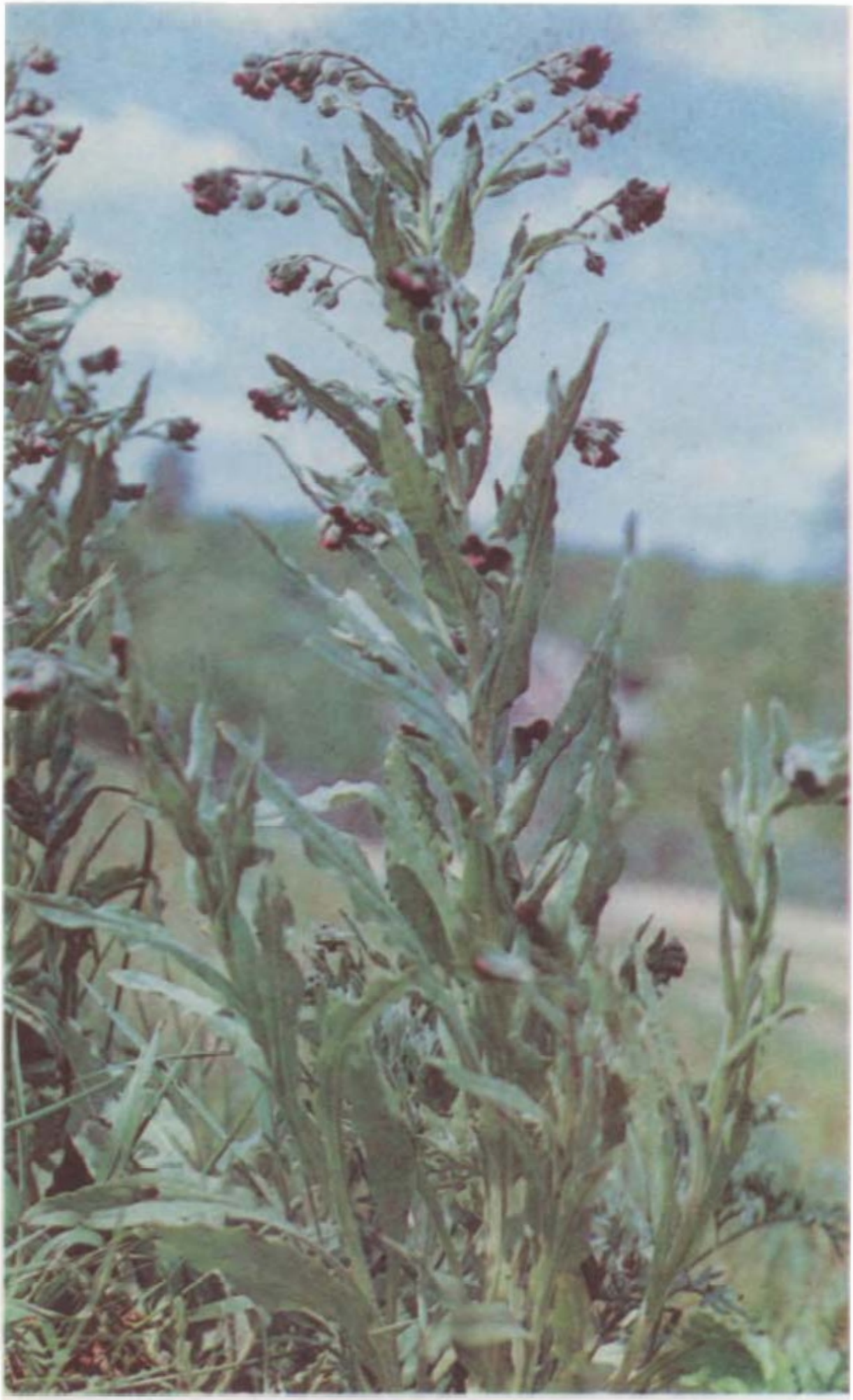
Тирлич жовтий

Цикорій дикий

Цмин пісковий

Чемерник червонуватий

Чистотіл звичайний



Чорнокорінь лікарський

Шавлія лікарська